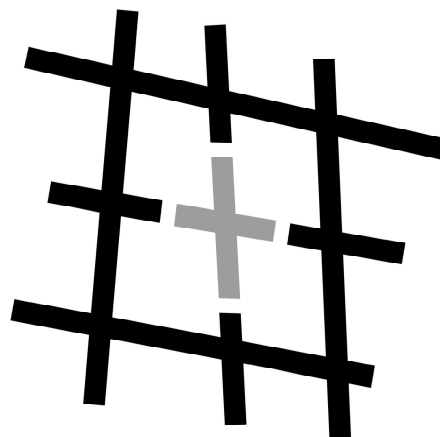




Übung der Stille als Freiheitsprozess

Wege zu Autonomie und selbst verantwortetem Leben

*Dokumentation des Symposiums
der Evangelischen Konferenz für Gefängnisseelsorge in Deutschland
am 5. Oktober 2012 in der JVA Schwäbisch Gmünd*

Reader Gefängnisseelsorge
Heft 20/2013

herausgegeben von
Karin Greifenstein und Martin Faber
im Selbstverlag der Evangelischen Konferenz
für Gefängnisseelsorge in Deutschland

Geschäftsstelle der Ev. Konferenz für
Gefängnisseelsorge in Deutschland
Herrenhäuser Str. 12
30419 Hannover
Tel.: 0511-2796406
eMail: heike.roziewski@ekd.de
www.gefaengnisseelsorge.de

INHALT

Vorwort Pfr. Dr. Tobias Müller-Monning	seite 3
Begrüßung Pfrn. Susanne Büttner	seite 5
Grußwort Kirchenrat Helmut Dopffel	seite 7
Vortrag Prof. Dr. Sabine Bobert: Der kulturelle Kontext einer gegenwärtigen Mystik. Mystische Spiritualität als Orientierung der Seelsorge Im 21. Jahrhundert	seite 9
Impuls Prof. Dr. Rüdiger Wulf: Christliche Spiritualität und Resozialisierung	seite 22
Impuls Pfarrer Ulrich Rost: Die Bedeutung der Kontemplation für die kirchliche Praxis	seite 32
Vortrag Pater Fidelis Ruppert OSB: Die Erfahrung der „Zelle“ als Geistlicher Weg. Erfahrungen aus dem frühen Mönchtum	seite 35
Impuls Sr. Regina Waibel OSF: Warum die Franziskanerinnen das Projekt „Kloster im Gefängnis“ mittragen	seite 45
Impuls Dr. Tobias Müller-Monning: Erfahrung und Erkenntnis	seite 48
Impuls Pfarrerin Susanne Büttner: Das Projekt „Kloster im Gefängnis“ – Erfahrungen und Ausblick	seite 52
Text einer Inhaftierten: „Meditation“	seite 60
Susanne Büttner: Wirkungen der Übung der Stille	seite 61

Beispiele aus der Praxis

Pfrn. Susanne Büttner: Einübung in Stille als Freiheitsprozess. Vortrag beim Symposium „Restorative Justice“ in Moringen, 17.5.2011	seite 63
Pfrn. Susanne Büttner: Tagesplanung und Thema einer Klosterwoche JVA Schwäbisch Gmünd 2012	seite 75
Pfr. Dr. Tobias Müller-Monning: Ein Raum im Raum	seite 81

Anhang

Literaturliste	seite 87
Einladungsflyer	seite 89

VORWORT

Die hier zusammengestellten Texte kommen aus der Praxis. Sie sind entstanden für das Symposium „Übung der Stille als Freiheitsprozess“, das am 5. Oktober 2012 in der Klosterkirche der JVA Schwäbisch Gmünd stattfand.

Wir wollten in diesem Symposium der Frage nachgehen, ob und wie es möglich ist, unter extrem fremdbestimmten Umständen wie im Gefängnis Prozesse von Selbstbestimmung und Autonomie zu initiieren. Können Menschen ihre Freiheit und Würde auch in Zwangskontexten neu entdecken? Diese Überlegung galt insbesondere für die begonnene Praxis, Meditation und Schweigewochen als Übungsangebot zur persönlichen Entwicklung und Veränderung im Strafvollzug durchzuführen. Aber nicht nur dort. In der Einladung formulierten wir: „Die Fragestellung spricht darüber hinaus eine zentrale Grundlegung von Seelsorge in der derzeitigen gesellschaftlichen Situation an. Wie können Menschen Freiheit und Autonomie gewinnen angesichts von Fremdbestimmung und Angst in zerfallenden Gesellschaftssystemen - eine Freiheit, die zu befreiendem Handeln befähigt?“ (siehe Einladungsflyer). Wir sind davon überzeugt, dass die Erfahrung von christlicher Spiritualität Wege in die Unabhängigkeit und eine tiefe Verbindung mit dem Grund des Lebens ermöglicht. Für die Seelsorge - nicht nur im Gefängnis - kann eine stärkere Betonung der mystischen Tradition des Christentums neue Veränderungspotentiale freilegen.

Das Symposium hatte auch die Funktion einer Orientierung als Ort der Vergewisserung und Verständigung. Dabei ist für alle, die dabei waren, ein momentanes Gesamtkunstwerk entstanden. Es ist auch eine Wegmarke für die neu eingerichtete Klosterabteilung der JVA Schwäbisch Gmünd. Der Vorstand der Bundeskonferenz übernachtete am Vorabend als erste externe Gruppe in der Abteilung.

Die Texte stehen in der zeitlichen Abfolge des Symposiums. Hinzugekommen sind Texte, die die Praxis der Übung der Stille im Gefängnis noch einmal grundsätzlich beschreiben. Bis auf die beiden Hauptvorträge von Frau Prof. Dr. Bobert und Pater Fidelis Ruppert OSB, waren alle anderen Beiträge als Kurzimpulse gedacht, um verschiedene Aspekte der Praxis aufzugreifen.

Den Auftakt machen zwei Grußworte. Das erste von Susanne Büttner für den Vorstand der Bundeskonferenz und als Organisatorin des Symposiums, und das zweite Grußwort von Herrn Kirchenrat Helmut Dopffel vom Evangelischen Oberkirchenrat in Stuttgart.

Der erste Hauptvortrag von Frau Prof. Dr. Sabine Bobert versucht den kulturellen Ort und Kontext einer mystischen Spiritualität im 21. Jhd. zu beschreiben. Prof. Dr. Rüdiger Wulf vom baden-württembergischen Justizministerium geht dem Zusammenhang von christlicher Spiritualität und Resozialisierung nach. Pfarrer Ulrich Rost vom Seelsorgeinstitut der württembergischen Landeskirche beschreibt die Bedeutung der Kontemplation für die kirchliche Praxis.

Pater Fidelis Ruppert OSB erinnert im zweiten Hauptvortrag an die „Zelle“ als eine geistliche Wegerfahrung und referiert aus den Erfahrungen des frühen Mönchtums. Daran schließt sich der Beitrag von Sr. Regina Waibel OSF an: „Warum die Franziskanerinnen das Projekt Kloster im Gefängnis mittragen“. Der Text von Tobias Müller-Monning greift den Zusammenhang von Erfahrung und Erkenntnis auf. Die bisherigen Erfahrungen aus dem Projekt „Kloster im Gefängnis“ beschreibt Susanne Bütt-

ner. Der Text ist deswegen interessant, weil er anhand von Interviews die Erfahrungen der Teilnehmerinnen in den Mittelpunkt stellt. Daran schließt sich der Text einer Gefangenen „Meditation hinter Gittern“ und ein Text über die Wirkungen von Meditation an, die beide auf dem Symposium in den Tagungsmappen vorlagen.

Den Abschluss bilden drei weitere Texte aus der Praxis. „Einübung in Stille als Freiheitsprozess“, ein Vortrag gehalten auf dem Symposium Restorative Justice in der Forensik in Moringen am 17. Mai 2011, und „Projekt Kloster im Gefängnis“. Der Text „Ein Raum im Raum“ reflektiert die Übung der Stille mit männlichen Gefangenen in der JVA Butzbach.

Ohne die Bereitschaft der gefangenen Frauen und Männer, sich auf die Übung einzulassen und einen Weg damit zu gehen, wäre die Mehrzahl dieser Texte nicht zustande gekommen. Ihnen gelten unser Dank und unsere Anerkennung.

Wir wollen, dass die Texte Neugier wecken und Impulse geben für eine erweiterte erfahrungsbasierte Praxis der Spiritualität.

Butzbach/Fernwald, im April 2013

Tobias Müller-Monning



TeilnehmerInnen beim Symposium in der Kirche der JVA Schwäbisch Gmünd

BEGRÜSSUNG ZUM SYMPOSIUM

Susanne Büttner

Wir freuen uns sehr, dass Sie heute hier sind - teilweise auf weiten Wegen angereist. „Wir“, das ist die Evangelische Konferenz für Gefängnisseelsorge, für deren Vorstand ich spreche, der vollständig anwesend ist und heute Nacht die Klosterabteilung hier im Haus als erste externe Gruppe „eingeweiht“ hat : Ich freue mich sehr, dass Ihr da seid und damit zeigt, wie interessiert wir in der Evangelischen Gefängnisseelsorge an der Weiterentwicklung geistlicher Ansätze sind, wie sie durch „Kloster im Gefängnis“ und Einkehrtage für Gefangene versucht werden! „Wir“, das ist auch die Gefängnisseelsorge hier im Haus, und so darf ich Sie alle im Namen meiner katholischen Kollegin Sr. Sabine Götz herzlich mit begrüßen. Das Projekt „Kloster im Gefängnis“, wie es hier in Schwäbisch Gmünd vor vier Jahren entstand, ist von Anfang an ökumenisch gewesen, im engen Miteinander mit dem Kloster der Franziskanerinnen der ewigen Anbetung. So freuen wir uns besonders, dass Sie, liebe Sr. Regina, Sr. Benedikta, Sr. Eleonore und ihre Mitschwestern heute teilnehmen, ganz nah an Ihrem Franziskusfest, das Sie vorgestern und gestern gefeiert haben. „Christus in den Gefangenen begegnen“ war Ihr Motto von Jesus und von Franziskus her, und das hat viel freigesetzt auf beiden Seiten, wie wir heute noch von Ihnen selbst hören werden.

Wir freuen uns auch, dass unsere beiden Fachreferenten aus den Kirchenleitungen da sind, Herr Georg Gawaz für die Diözese Rottenburg-Stuttgart und Kirchenrat Helmut Dopffel für den Evangelischen Oberkirchenrat in Stuttgart. Die Fragestellung des heutigen Tages, wie die Freiheit eines Christenmenschen konkret werden kann, beschäftigt uns nicht nur im Gefängnis, sondern in allen Bereichen der Kirche. Wir freuen uns daher, dass Pfarrer Ulrich Rost vom Seelsorgeinstitut der württembergischen Landeskirche da ist und die Relevanz geistlicher Übung auch für andere Felder reflektiert. Dass Sie, Herr Prof. Dr. Wulf, das baden-württembergische Justizministerium als der für die Seelsorge zuständige Fachreferent vertreten, tun Sie nicht allein aus Pflichtschuldigkeit, sondern aus echtem Interesse an der Sache. Deshalb sind Sie auch mit einem Beitrag heute vertreten, auf den wir gespannt sind. Insgesamt erwartet uns, denke ich, ein sehr spannender Tag. Dass zwei so profilierte Menschen uns zugesagt haben, die Hauptreferate zu halten, ist sicherlich mit ein Grund für die gute Resonanz des Symposiums: Ich begrüße Frau Prof. Dr. Sabine Bobert, praktische Theologin an der Christian-Albrechts-Universität in Kiel und Autorin mehrerer Bücher in Sachen mystischer Spiritualität und Praxis. Und ich begrüße Pater Fidelis Ruppert aus der Benediktinerabtei Münsterschwarzach, der er über viele Jahre als Abt vorstand.

Für die Erfahrungen in der Gefängnisseelsorge mit der Übung der Stille wird außer mir auch Dr. Tobias Müller-Monning sprechen, Pfarrer in Butzbach und Soziologe. Wir haben viele Praktikerinnen und Praktiker unter uns; erwähnen will ich stellvertretend dafür Frau Christine Ermer, Leiterin der Sozialtherapie auf dem Hohenasperg und Pfarrerin Birgit Braun, die ebenfalls Einkehrtage und Meditation für Gefangene organisieren. Wir alle, die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter im Strafvollzug, die Teilnehmerinnen an der Klosterwoche, die in der Seelsorge Tätigen, Ordensleute und interessierte Zeitgenossen bilden mit unserem Interesse und unserer Erfahrung die Schale für diesen Tag, die nun gefüllt wird.

Programmatische Hinführung

Das Thema des Symposiums „Übung der Stille als Freiheitsprozess – Wege zu Autonomie und selbst verantwortetem Leben“ hat bereits im Vorfeld Wirkung entfaltet. Es entspringt ja einer Suchbewegung nach Freiheit und Autonomie, wie sie jedem Menschen innewohnt, nicht nur im Gefängnis. Es beinhaltet eine Proklamation, nämlich die Behauptung, die Übung der Stille wäre förderlich für freiheitliche Prozesse für den Einzelnen – zu fragen wäre, inwieweit auch für ganze Institutionen wie das Gefängnis oder die Kirchen oder gar für die Gesellschaft. Ich möchte es zu Beginn des Symposiums konkret machen, was wir hier in Schwäbisch Gmünd genau machen – denn die Praxis ist der Anstoß für dieses Symposium. Einmal in der Woche meditieren um die 12 Frauen in einem Meditationsraum hier in der Anstalt. Meditation ist hier das Sitzen in der Stille, in dessen Zentrum die einfache Konzentration auf den Atem steht. Den zweimal bis zu 20 Minuten Sitzen gehen Körper- und Atemübungen voraus. Viele der Teilnehmerinnen praktizieren das auch in ihrer Zelle im Alltag und berichten, dass es sie ruhiger und gelassener macht, dass sie besser schlafen können und teilweise weniger Medikamente brauchen. Die spirituelle – also Leib *und* Seele umfassende – Wirkung geht darüber hinaus und ist im Kontext Gefängnis nur zu erfassen, wenn man eine gewisse Ahnung hat von der Härte der Alltagskultur und Subkultur in einem Gefängnis. Der Text einer Teilnehmerin aus der Gruppe, der in den Tagungsmappen liegt, bringt das besser auf den Punkt, als ich es beschreiben könnte: *„Wir sind nackt. Und wir versuchen, uns zu bedecken. Einige mit Lügen, andere mit Schweigen, und manche werden richtig laut. Die Lügen, egal welcher Größenordnung, beschützen wie ein Panzer.“* Und zur Wirkung der Stille: *„Ich bin einige Male mir selbst begegnet ... Ich habe in der Stille Gefühle wiedergefunden, die noch vor ein paar Monaten für immer verschollen schienen. Und das erfüllt mich mit tiefster Dankbarkeit.“* Die Erfahrung mit den wöchentlichen Übungsstunden hat uns ermutigt, nach vielen Vorüberlegungen, in die neben den Franziskanerinnen auch der jetzige Abt von Münsterschwarzach einbezogen war, eine ganze Übungswoche zu wagen. Denn zwölf Teilnehmerinnen für eine Woche „Kloster im Gefängnis“ auf einer eigenen Abteilung unterzubringen und einen klösterlichen Tagesablauf zu gestalten, erfordert für eine Anstalt einen hohen logistischen Aufwand, der nur geleistet werden kann, wenn das Konzept in sich schlüssig ist. Der Kern der Woche sind drei ganze Schweigetage. Das heißt, die Frauen, die sich freiwillig melden, müssen die Motivation und Offenheit mitbringen, sich selbst in diesen Tagen auszuhalten und sich der Stille auszusetzen. Wir haben gute Erfahrungen damit gemacht, dass der Tagesablauf wie ein „Bachbett“ den Prozess trägt. Er ist geprägt durch den Rhythmus der Tagzeitengebete in der Kirche, durch wiederkehrendes Sitzen in der Stille, eine Arbeitszeit und Gehen im Freien sowie durch das „Initiatische Gebärdenspiel“ – eine ganzheitliche körperorientierte Übungsmethode. Sie finden den Tagesablauf und die inhaltlichen Grundideen in der Tagungsmappe. In meinem Beitrag werden die Teilnehmerinnen selbst über die Wirkung der Woche zu Wort kommen. Deshalb sage ich jetzt nur so viel: Wir machen die Erfahrung, dass in der Stille manchmal eine Begegnung mit dem Grund des Seins stattfindet. Diese Erfahrung ist beunruhigend und sie tröstet, heilt und trägt. Eine kostbare Erfahrung für die, die sie erfasst. (Gong und Stille)

ÜBUNG DER STILLE ALS FREIHEITSPROZESS - GRUSSWORT

KR Helmut Dopffel

Sehr geehrte Damen und Herren, die Sie aus nah und fern und aus verschiedenen Lebenswelten hier her gekommen sind, ich grüße Sie sehr herzlich im Namen der württembergischen Landeskirche und des Oberkirchenrats, hier im Ländle, im Gefängnis, im Kloster, und ich tue es so wie wir es hier gewohnt sind: Grüß Gott. Ich freue mich, dass Sie hier sind, und besonders darüber, dass ich bereits Menschen gesehen und gesprochen habe, die ich hier nicht vermutet hätte. Das Unterfangen scheint erfreuliche Kreise zu ziehen. Und ich freue mich auf diesen Tag hier in dieser schönen Klosterkirche.

Die Seelsorge an Gefangenen und im Gefängnis ist als unverzichtbare Aufgabe anerkannt, und zwar von der Kirche und vom Staat. Dieses Zusammenwirken von Kirche und Staat ist im Land Baden-Württemberg gut geregelt und wird auch gut praktiziert. Die heutige Veranstaltung ist dafür ein gutes Beispiel. Ich danke allen, die am Zustandekommen mit- und zusammengewirkt haben, v. a. der Anstaltsleitung hier und den Bediensteten, die sich beteiligen, und an erster Stelle Frau Pfarrerin Büttner. Ich erwarte mir aus diesem Symposium interessante und weiterführende Impulse.

Dass die Gefängnisseelsorge zum Seelsorgeauftrag der Kirche gehört und unverzichtbar ist, das hat im Christentum mindestens zwei Gründe:

Zum einen ist die zentrale religiöse Figur, der Herr, Heiland und Erlöser Jesus Christus, als Verbrecher gestorben. Und wenn Sie einmal im Neuen Testament nachschauen werden sie merken, dass fast alle wichtigen Personen Gefängnisse von innen kannten. Es gibt eine Affinität zwischen Strafvollzug und christlichem Glauben.

Es gibt aber auch eine Nähe von christlichem Glauben und Freiheit. Einer meiner theologischen Lehrer hat vor Jahrzehnten die Verkündigung Jesu in einem kleinen Buch als „Ruf der Freiheit“ gekennzeichnet. Die Botschaft des christlichen Glaubens ist der Ruf der Freiheit. Dahinter steht die Überzeugung, dass äußere Freiheit nur gelingen kann, wenn es in einem Menschen auch einen Raum der inneren Freiheit gibt, wenn wir also nicht mehr jedem Dämon gehorchen müssen, der sich in uns regt oder uns Lügen ins Ohr flüstert.

Deshalb steht der Begriff der Freiheit zu recht im Zentrum dieses Symposions. Er ist zum einen zentral für den Strafvollzug, denn Strafvollzug in Deutschland heißt im Wesentlichen Freiheitsentzug. Freiheit steht aber auch im Zentrum des christlichen Glaubens. Die Botschaft Jesu ist der Ruf der Freiheit. Der Geist Gottes ist ein Geist der Freiheit.

So ist es nicht verwunderlich, dass sich bereits sehr früh, von den sog. Kirchenvätern des 4. Jahrhunderts an, in der Kirche ein theologischer Diskurs zum Strafvollzug findet.

Doch die Kirche im Gefängnis wird nun hier in Gotteszell ab und an zum Kloster im Gefängnis, und darum soll es heute gehen. Kloster und Gefängnis zusammen zu denken und zu leben, das ist spannend und verheißungsvoll und steckt voller Potential. Denn die beiden, Kloster und Gefängnis, sind sich in vielem verblüffend ähnlich, und doch im Geist so verschieden.

Das beginnt beim Namen: Kloster leitet sich von „claustrum“ ab, das Abgeschlossene. Ein Kloster hat Mauern, eine Pforte, Zellen, Regeln, und zwar keinen Hofgang, aber einen Kreuzgang, in dem man sich bewegen und einander begegnen kann. Es wundert nicht, dass Klöster auch als Gefängnisse missbraucht wurden.

Aber im Mittelpunkt eines Klosters steht die Kirche. Und die Kirche ist der Ort, an dem ein Mensch unmittelbar vor Gott steht, von dem er seine unverlierbare Menschenwürde empfangen hat, und der ihn freispricht. Hier wird das Leben eines Menschen in einen unendlich weiten Horizont gestellt. Und hier bringt das Kloster einen anderen Geist in das Gefängnis. Mindestens ist das seine Chance.

Deshalb ist die christliche Botschaft eine humane Botschaft, und ich meine, selbst diese Klostermauern im Gefängnis strahlen noch etwas von dieser menschenfreundlichen Botschaft ab, wenn Sie diese Gebäude mit der Gefängnisarchitektur des 19. oder 20. Jahrhunderts vergleichen. Kloster im Gefängnis versucht, diese Botschaft erfahrbar zu machen, eindringlich, so dass sie die Seele berühren und befreien kann.

Wenn Gott am Kreuz hängt, dann steckt er auch in jeder Gefängniszelle. Gottes-Zell klingt dann vielleicht noch einmal etwas anders.

Wenn man die Unterlagen zu den Exerzitienwochen, die seit 2009 hier unter dem Titel „Kloster im Gefängnis“ stattfinden, liest, dann wird rasch deutlich, dass es sich um christliche Meditation und christliche Exerzitien handelt. Das lässt sich an einer spezifischen Rückbindung und an einer daraus entspringenden Freiheit zeigen.

Die Rückbindung besteht darin, dass die Meditation nicht frei schwebend oder nur ich-bezogen ist, sondern immer christliche Tradition und biblische Texte als Impulse mit bringt. Aber: Die biblischen Texte sind Texte der Freiheit. Sie erzählen ja nur die eine große Geschichte, wir Gott uns Menschen frei macht. Und sie tun es auch: Sie setzen Freiheitsprozesse in Gang. Sie schreiben nicht vor, sondern setzen jede und jeden auf seinen eigenen Weg. Und gerade deshalb sind diese Exerzitien auch „interreligiös anschlussfähig“.

Und schließlich: Sie verfolgen keinen Zweck, keine Absicht, die jenseits ihrer selbst läge. Wie könnten sie auch! Denn im Kloster im Gefängnis geht es darum, dass Mensch und Gott sich begegnen, dass ein Mensch etwas von Gott hören, spüren, erfahren kann. Mensch und Gott: Beide sind das höchste und kostbarste, der eine in dieser Welt, der andere von Ewigkeit zu Ewigkeit. Einen Zweck jenseits dieser Begegnung gibt es nicht. Die Rose ist ohn warum, sie blühet weil sie blühet...

Zwecklos im Gefängnis, Zeit und Raum die nicht irgendwelchen Vollzugsziele dienen: welche Freiheit!

Und nun gehört es zur Dialektik des Lebens, dass manchmal gerade das Absichtslose, nicht Verzweckte Wirkung entfaltet, Kreativität, Reifeprozesse und Einsichten ermöglicht, die Freiheit befördern. Auch im Absichtslosen wird etwas gelernt – man kann nicht nichts lernen.

So fördert das Kloster im Gefängnis am Ende wohl gar die Resozialisierung, gerade weil das nicht das Ziel ist.

Ich bin gespannt.

COACHING, HEILUNG, MYSTIK SPIRITUALITÄT IN DER POSTMODERNE¹

Sabine Bobert

Der Aufsatz nimmt zunächst die Offenheit der Postmoderne für spirituelle Themen in den Blick. Anschließend wird diese Offenheit für den Umgang mit spirituellen Traditionen im Bereich von Coaching, Therapie und in der Neuinterpretation mystischer Erfahrungen konkretisiert. Abschließend wird ein Modell christlicher Spiritualität vorgestellt, das die beschriebenen Trends integriert und gleichzeitig den christlichen Fokus behält.

1. Postmoderne Offenheit für Spiritualität

Die postmoderne Öffnung gegenüber spirituellen Themen zeigt sich derzeit auf vielen Gebieten: im therapeutischen Bereich, in der gewinnbringenden Vermarktung von Spiritualität, literarisch, statistisch, um nur einige Bereiche zu nennen. Einleitend konzentriere ich mich exemplarisch auf zwei ausgewählte Bereiche: (1) den Diskurs über ein neues Weltbild und (2) die Unterhaltungsindustrie am Beispiel von Kinofilmen.

1.1 Naturwissenschaftliche Aufbrüche

Die Postmoderne popularisiert ein Bewusstsein für das Konstruiertsein von Wahrnehmung und Wissen. Seit den 1980er Jahren werden populäre Neuentwürfe konsistenter Weltbilder entwickelt, die von einer Einheit der Wirklichkeit ausgehen wie z.B. dem Physiker Fritjof Capra². Inzwischen wird der Diskurs um eine postmaterialistische Weltsicht auch auf wissenschaftlicher Ebene geführt.³ Führende Naturwissenschaftler diskutieren inzwischen Weltbilder, die teilweise integrationsfähig für religiöse Weltzugänge sind. *Brian Greene*, Professor für Mathematik und Physik an der Columbia University in New York City arbeitet im Forschungsbereich Theoretische Physik und gilt als einer der führenden Stringtheoretiker.⁴ Die Stringtheoretiker diskutieren längst Alternativen zu einem Weltbild wie Newton es auf der Grundlage der Gravitationstheorie entwarf. Sie suchen durch Berechnungen und physikalische Experimente nach den Grundbausteinen der Welt. Derzeit gelten sogenannte „Strings“ als Kandidaten für diese Bausteine, aus denen sich kleinste Atome bis hin zu ganzen Galaxien zusammensetzen sollen. Strings sind unvorstellbar winzige Energiefäden. Die unterschiedlichen Schwingungen der Strings bestimmen jeweils die Beschaffenheit der Materie.

¹ *Quelle:* Ralph Kunz, Claudia Kohli Reichenbach (Hg.), *Spiritualität im Diskurs.*

Spiritualitätsforschung in theologischer Perspektive, Theologischer Verlag Zürich © 2012, Theologischer Verlag Zürich. (Hier abgedruckt mit freundlicher Genehmigung des Verlages).

² Fritjof Capra, *Das Tao der Physik. Die Konvergenz von westlicher Wissenschaft und östlicher Philosophie*, Bern/München/Wien 1985.

³ Vgl. den Dialog von Naturwissenschaftlern mit dem tibetischen Buddhismus: Dalai Lama, *Die Welt in einem einzigen Atom*, Berlin 2005; Jeremy W. Hayward, *Gewagte Denkwege. Wissenschaftler im Gespräch mit dem Dalai Lama*, München 2007.

⁴ Brian Greene, *Der Stoff, aus dem der Kosmos ist. Raum, Zeit und die Beschaffenheit der Wirklichkeit*, München 2004. Ders., *Das elegante Universum. Superstrings, verborgene Dimensionen und die Suche nach der Weltformel*, München 2000.

Das Weltbild der Stringtheoretiker besteht nicht mehr aus drei räumlichen Dimensionen (Länge, Breite, Höhe) und einer zeitlichen Dimension wie das der Physiker zu Newtons Zeiten. Als wahrscheinlich gilt derzeit, Brian Greene zufolge, eine elfdimensionale Welt, von der uns die Alltagswahrnehmung nur einen minimalen Ausschnitt spiegelt. „Was wir für unser Universum halten, könnte ein Teil von etwas viel Größerem sein. Vielleicht leben wir auf einer dreidimensionalen Membran, die in einem höherdimensionalen Raum schwebt. Diese anderen Welten wären Paralleluniversen. Der Gedanke ist gar nicht so exotisch.“¹ Greene vergleicht das Erwachen aus dem Irrtum einer alltagsweltlichen Konstruktion der Welt auf der Basis der fünf Sinne mit dem Hineinstolpern in eine riesige Villa. Es ist „als würden wir im Dunkeln in ein Haus stolpern, das wir für ein 2-Zimmer-Apartment gehalten haben, und jetzt finden wir heraus, dass das Universum eine Villa mit 19 Zimmern ist“.² Gary Horowitz von der University of California in Santa Barbara erklärt: „Wir glauben an diese Zusatz-Dimensionen, weil sie aus den Gleichungen der String-Theorie hervorgehen. Strings bewegen sich in mehr als drei Dimensionen. Das war ein Schock für alle. Aber inzwischen haben wir es akzeptiert.“³

Zwar handelt es sich bei den elf Dimensionen der Stringtheorie zunächst um mathematische Dimensionen. Doch Greene verweist auf Experimente, die die physikalische Wahrheit dieser mathematischen Theorie erweisen sollen. Daher diskutiert Greene ernsthaft weltanschauliche Konsequenzen, die aus der String-Theorie folgen. „Einige Nachbaruniversen würden vielleicht unserer Welt ähneln, mit Materie und Planeten und vielleicht sogar Lebewesen. In anderen Universen könnten völlig fremde Naturgesetze herrschen. Aber alle Universen wären Teil der Zusatz-Dimensionen, die die M-Theorie behauptet. Sie würden überall um uns herum existieren. Vielleicht gleich hier. Keinen Millimeter von uns entfernt.“⁴ „Auf einer anderen Membran könnte intelligentes Leben existieren – vielleicht ganz in unserer Nähe. Rein theoretisch könnten wir mit diesen intelligenten Wesen kommunizieren, indem wir starke Gravitationswellen austauschen. Vielleicht entwickeln wir eines Tages die Technik und nutzen die Gravitation, um mit anderen Welten zu kommunizieren.“⁵

1.2 Spiritualität als Medienthema

Auf populärer Ebene spiegelt die Unterhaltungsindustrie den Mentalitätsumbruch der Postmoderne sehr gut wider. Sie produziert, was sich verkauft. Neben Mystery-Serien im Fernsehen, Fantasy-Romanen und Fantasy-PC-Spielen ist es vor allem das Kino, das eine religiöse und weltanschauliche Aufbruchstimmung markiert. Seit den 1990er Jahren ist das Kino zunehmend zu einem Produzenten und Vermittler populärer Theologie geworden. Es begann damit, differenzierte Antworten auf die Frage nach dem Weg der Toten und nach Kommunikationsmöglichkeiten mit den Verstorbenen zu entfalten.⁶ Seit dem Jahr 2000 sorgen Filme über christliche Klöster und Mönche für großen Zulauf. Klosterfilme wie „Ostrov – The Island“ (Kasachstan

¹ DVD „Das elegante Universum. Superstrings, verborgene Dimensionen und die Suche nach der Weltformel“, 2008, Teil 3, 12. Minute.

² Ebd.

³ A.a.O., 21. Minute.

⁴ A.a.O., 27. Minute.

⁵ A.a.O., 33. Minute.

⁶ Sabine Bobert, Auferstehungskonzepte im populären Kinofilm: Matrix I, The Sixth Sense, Alien 4, The Resurrection, Hinter dem Horizont, in: W. Härle et al. (Hg.), Systematisch Praktisch, FS Reiner Preul, Marburg 2005, 393-414; sowie: Magazin für Theologie und Ästhetik, Heft 38: <http://www.theomag.de/38/sbs4.htm>.

2006)¹, „Vision – Aus dem Leben der Hildegard von Bingen“ (Deutschland 2009), „Die Große Stille“ (Deutschland 2005) und „Von Menschen und Göttern“ (Frankreich 2010) sind Kinohits. Daneben entwickelte sich das neue Genre des esoterischen Dokumentarfilms. Zu den esoterischen Blockbustern zählen „What the Bleep?! – Down the Rabbit Hole“ (USA 2004), der in Deutschland über 500.000 Zuschauer anzog, sowie Peter-Arthur Straubingers Dokumentarfilm „Am Anfang war das Licht“ (Deutschland 2010), der das mystische bzw. esoterische Thema „Lichtnahrung“ der breiten Öffentlichkeit präsentiert. Im Film stellt Straubinger Menschen vor, die sich nicht mehr von physischer Nahrung ernähren, sondern von göttlichen Energien: die esoterische Lehrerin und Autorin Jasmuheen, Michael Werner und Prahlad Jani. Mit Ärzten und Wissenschaftlern sucht der Dokumentarfilmer nach Erklärungen, wie Lichtnahrung funktionieren könnte. Sowohl „Bleep“ als auch Straubingers Film entfalten spirituelle Themen im empirischen Paradigma: „Bleep“ sucht nach empirischen Grundlagen für ein spirituelles Weltbild. Und Straubinger will der Öffentlichkeit das Phänomen „Lichtnahrung“ als Beweis für ein Leben aus einer höheren Wirklichkeit präsentieren.

2. Coaching

2.1 Spiritualität als Faktor im Wirtschaftswachstum

Spiritualität und betriebswirtschaftliches Denken gehen in der evangelischen Kirche derzeit noch getrennte Wege. Schaut man sich in der Wirtschaft um, so haben beide Trends dort längst zusammengefunden. In maßgeblichen Wirtschaftszeitungen wie „*Capital*“ berichten Führungskräfte davon, wie sie durch Zen-Meditation ihren Führungsstil geändert haben und eine authentische soziale Kompetenz entwickelt haben. Sie wirkten durch ihre spirituelle Entwicklung glaubwürdiger und überzeugender als jemand, „der nach dem Führungsseminar lediglich die angelernten Redewendungen und Verhaltensweisen ausprobiert, die nicht zu ihm passen“.² Das Buch „*zen@work*“ gibt einen ausführlichen Einblick in den neuen Trend. Es wirbt unter Managern für Spiritualität mit dem Versprechen von Konzentration und mehr Leistung. „Mehr Konzentration, höhere Leistungsfähigkeit - bereits jeder zehnte Manager interessiert sich für Meditation, weil sie ‘Bodybuilding fürs Gehirn’ (Die Zeit) ist. Sie arbeiten für bekannte deutsche und internationale Konzerne und Institutionen. Sie stehen mit beiden Beinen im Leben, aber nicht ständig unter Strom. Ihr Geheimnis: Sie meditieren. Erstmals berichten Führungskräfte über ihre persönliche spirituelle Praxis und illustrieren damit einen neuen Spirit im Top-Management.“³

Nationale und internationale Firmen haben längst die spirituellen Techniken als Faktor in der Personalentwicklung entdeckt. Der Unternehmensberater und Manager-Trainer *Lance H. Secretan* will die Mitarbeiter künftig „inspirieren“ statt „motivieren“.⁴ Er will das Management vom reinen Effektivitätsdenken und von purer Profitgier abwenden. Dies schaffe kein Teamwork, sondern vergifte das Klima, erzeuge

¹ Informationen in der International Movie Database: <http://www.imdb.com/title/tt0851577/> (Zugang: 1.1. 2012). Vgl. dort auch Basisinformationen zu den anderen Filmen. Trailer finden sich auf: <http://www.youtube.com>.

² Vgl. B. Lenz, Die Kraft der Stille, in: *Capital* 3/1999, 84-88.

³ Wiligis Jäger/Paul J. Kohtes/Michael Campo, *Zen@work. Manager und Meditation*, 2009.

⁴ Vgl. Lance H. K. Secretan, *Soul-Management. Der neue Geist des Erfolgs – die Unternehmenskultur der Zukunft*, München 1997.

Angst und Lüge. Es führe zum Dauerstress, zum Ausbrennen der Mitarbeiter und zu sinkender Produktivität.

Das effektive Unternehmen der Zukunft ist nach Secretan geprägt vom Einbeziehen der seelischen Bedürfnisse der Mitarbeiter, von der Sorge um ihre Persönlichkeitsentwicklung und von einer Rückbesinnung auf christliche Werte wie Vertrauen, liebevollen Umgang miteinander, Höflichkeit und Dankbarkeit. Erst in diesem Klima würden Mitarbeiter Spitzenleistungen erbringen. Aus betriebswirtschaftlicher Perspektive erzeugt Persönlichkeitsentwicklung durch Spiritualität „Human- und Sozialkapital“.

Von diesem „Human- und Sozialkapital“ hängt aus der Sicht führender Wirtschaftswissenschaftler der Unternehmenserfolg der Zukunft ab. Denn „Faktoren, die *bisher* entscheidend für ein Bestehen im Wettbewerb waren“, erscheinen künftig „immer weniger geeignet ..., entscheidende Vorteile zu bringen. Der Faktor *Technik* z.B. ist weltweit verfügbar und bringt in der Konkurrenz der ökonomisch entwickelten Länder keinen relevanten Vorsprung mehr. Dies gilt auch für den Faktor „Zugriff auf Kapital“, da die Börsen der Welt jedem entwickelten Unternehmen ab einer bestimmten Größenordnung zur Verfügung stehen. Ebenfalls einem weltweiten Prozess der Angleichung sind die Faktoren „Forschung“, „Entwicklung“, „Fachwissen“ und „Organisation“ unterworfen.“¹

Für den Vorsprung vor der Konkurrenz sorgen im Informationszeitalter vorrangig die besten Informationsflüsse. Der Wirtschaftstheoretiker *Leo A. Nefiodow* weist nachdrücklich darauf hin, dass die technischen Informationsflüsse stets sozial eingebunden sind. Aus seiner Sicht stellen derzeit Störungen der Kommunikationsflüsse zwischen Menschen und innerhalb des Menschen selbst eine wesentliche Wachstumsbremse dar. „Was die Unternehmen und Volkswirtschaften im Wettbewerb der Zukunft unterscheiden wird, ist die Gesundheit ihrer Menschen und die Qualität ihres Gesundheitswesens, ganzheitlich gesehen: körperlich, seelisch, geistig, sozial und ökologisch.“²

Nefiodow kritisiert das bisherige Gesundheitsverständnis als unzureichend, da es an einem materialistischen Weltbild orientiert ist. „Der herkömmliche Gesundheitssektor ist ein wesentlicher Teil des 6. Kondratieffs, aber nicht seine Basisinnovation. Er ist zu stark am materialistischen Weltbild des 19. Jahrhunderts orientiert, der Mensch wird im Wesentlichen als eine Biomaschine angesehen. Grundlegende Erkenntnisse der Physik aus dem 20. Jahrhundert, dass der Ursprung der Materie nichts Stoffliches, sondern etwas Immaterielles ist und dass jede Materie auch Schwingung, also reine Information ist, werden hartnäckig ignoriert. Demzufolge werden auch die nicht-stofflichen Einflussfaktoren der Gesundheit, die oft wichtiger als die stofflichen sind, nicht angemessen berücksichtigt.“³ Die Reduktion des Menschen auf materielle

¹ Klaus Kairies, Stressbewältigung durch Entwicklung von Spiritualität im Sinne einer religionsunabhängigen Erfahrung. Ein Konzept zur Verbesserung von Wettbewerbsfähigkeit und Steigerung von Produktivität in Unternehmen, Hannover 2007 (Fachhochschule Hannover Arbeitspapier/Abteilung Wirtschaft Nr. 170/2007).

² Leo A. Nefiodow, Ganzheitliche Gesundheit – die Wachstumslokomotive für das 21. Jahrhundert, in: ders., Der sechste Kondratieff – die neue lange Welle der Konjunktur, online: <http://kondratieffzyklen.de/sechste.html> (Zugang: 8.9.2009).

³ <http://www.kondratieff.net/19.html> (Zugang: 1.1.2012). Vgl. Leo A. Nefiodow, Der sechste Kondratieff. Wege zur Produktivität und Vollbeschäftigung im Zeitalter der Information, Sankt Augustin 2006.

Faktoren führt zu enormen Verlusten in der Wirtschaft. Nefiodow fordert ergänzend, auch soziale, seelische und religiöse Faktoren in das Gesundheitsverständnis einzu beziehen. „Diese riesigen Verluste, Schäden und Kosten können als entropischer Sektor bezeichnet werden. Sie gehören zum ganzheitlichen Gesundheitswesen, weil sie die Folgen von seelischen, sozialen und spirituellen Störungen und Erkrankungen sind. Ein sozial gesunder Mensch hat Gemeinschaftsgefühl und raubt keine fremden Wohnungen aus. Ein seelisch gesunder Mensch ist nicht käuflich, er geht verantwortlich mit der Natur um und tritt für das Wohlergehen aller Menschen ein. Ein spirituell gesunder Mensch hat eine geordnete und vertrauensvolle Beziehung zu Gott, strebt nach Versöhnung und Frieden und verbreitet weder Hass noch Gewalt.“¹

Klaus Kairies, Professor für Betriebswirtschaftslehre an der Fachhochschule Hannover, ist der festen Überzeugung, dass der wirtschaftliche Wachstumsfaktor Mensch sich nur durch Spiritualität weiterentwickeln kann. In spirituellen Übungen sieht er das wichtigste Potential zur Persönlichkeitsentwicklung, zu Stressmanagement, langfristiger Gesundheit, gesteigerter Produktivität und zu wichtigen soft skills. Kairies fordert daher die Hochschulen dazu auf, die künftigen Führungskräfte neben Fach- und Methodenkompetenzen auch zur Entwicklung einer eigenen Spiritualität anzuleiten, „denn der Zug fährt in Richtung Förderung von Kommunikation durch Entwicklung von Spiritualität im Sinne einer religionsunabhängigen Erfahrung zwecks Verbesserung von Wettbewerbsfähigkeit und Steigerung von Produktivität in Unternehmen“.²

Nimmt man diese Befunde ernst, so wäre es schon rein aus betriebswirtschaftlicher Sicht für die evangelische Kirche sinnvoll, auf die Persönlichkeitsentwicklung ihres Managements und ihrer Mitarbeiter durch Spiritualität zu setzen. Zusätzlich sollte sie ihr *spezifisches Kapital (Asset)* erkennen und sich mit ihrem eigenen Profil spirituell positionieren. In Teil 5 dieses Aufsatzes skizziere ich einen Modellvorschlag in dieser Richtung.

2.2 Spiritualität zum mentalen Coaching – aus meditationswissenschaftlicher Sicht

Der betriebswirtschaftliche Trend, Meditationsmethoden zur Personalentwicklung und zur gesundheitlichen Prävention einzusetzen, ist wissenschaftlich durch die seit 2000 boomende *Meditationsforschung* fundiert.³ Zunehmende Investitionen in diesem Forschungsbereich und seine Ausdifferenzierungen nehmen die neue Rolle auf, die spirituelle Übungen inzwischen im Alltag, in der Wirtschaft und in anderen Bereichen spielen. Die erforschten Methoden entsprechen der Formenvielfalt spiritueller Wege. Die Spannweite reicht von bewegungsorientierten Methoden wie Tai Chi und Yoga über bewegungslose Meditationswege wie Zen oder das christliche Jesusgebet bis hin zu therapeutischen Neuentwicklungen wie dem Autogenen Training und MBSR nach Jon Kabat-Zinn.

Die Meditationsforschung spiegelt in ihrem Zugang zu Religion und zu spirituellen Übungen den Trend zum Zweckdenken wider: Religion soll ihren Nutzen zur individu-

¹ <http://www.kondratieff.net/19.html> (Zugang: 1.1.2012).

² Kairies, a.a.O. (Anm. 14), 14.

³ Einführend empfiehlt sich der Überblicksartikel von Uffe Schjoedt, *The religious brain: A general introduction to the experimental neuroscience of religion, Method and Theory in the Study of Religion*, 21, 2009, 310–339.

ellen Entspannung („relaxation response“ nach Herbert Benson¹) erweisen, zur Persönlichkeitsentwicklung, zum Gefühlsmanagement, zur Steigerung der Konzentrationsfähigkeit und als effektiver therapeutischer Weg.

Unter der Perspektive des *Coachings* fragt die Meditationsforschung nach Langzeiteffekten von spiritueller Praxis. Dabei stehen die *Steigerung kognitiver Fähigkeiten und die Ausbildung positiver Persönlichkeitsmerkmale* wie Achtsamkeit, emotionale Klarheit und Mitgefühl im Vordergrund. Einer der führenden deutschen Meditationsforscher, *Ulrich Ott* von der Universität Gießen, bilanziert: „In Bezug auf kognitive Leistungen wurden in letzter Zeit mehrere Befunde publiziert, die von bemerkenswerten Fähigkeiten geschulter Meditierender berichten. Insbesondere hinsichtlich der Fähigkeit zur Aufmerksamkeitskontrolle zeigen sich Effekte. Bei der sequentiellen Darbietung von Bildern führen bedeutsame Motive dazu, dass nachfolgende Motive in einem bestimmten Zeitfenster kaum noch bewusst wahrgenommen werden, ein Phänomen, das als ‘attentional blink’ bezeichnet wird. Nach einem dreimonatigen Meditationstraining zeigte sich eine deutliche Reduktion dieses Phänomens.“² Im Rahmen dieses Aufsatzes können nur Grundlinien skizziert werden. Eine seriöse Darstellung müsste detailliert einzelne Studien wiedergeben.

Inzwischen ist es erwiesen, dass spezifische meditative Übungen *Hirnstrukturen dauerhaft positiv verändern* können. „Die wiederholte Aktivierung von Hirnregionen durch intensive Übung hinterlässt Spuren. So ist beispielsweise bekannt, dass sich bei Musikern die sensorischen und motorischen Felder im Kortex abhängig von den Anforderungen des jeweiligen Instruments ausdehnen und dass dort die Dichte neuronaler Verschaltungen zunimmt. Es liegen bisher fünf strukturelle MRT-Studien vor, die darauf hinweisen, dass auch Meditation zu einer Zunahme grauer Substanz in spezifischen Hirnregionen führen könnte.“³

Ott verweist dafür unter anderem auf eine eigene Studie: „Die Übenden erlernen zum einen, das Erregungsniveau zu senken, und zum anderen, in belastenden Situationen Ruhe und Gelassenheit zu bewahren. Der Hippocampus spielt als Teil des limbischen Systems eine wichtige Rolle bei der Beurteilung von Situationen und der emotionalen Reaktivität. In der vermehrten Dichte grauer Substanz in dieser Region könnte sich ein Zuwachs an Kompetenz widerspiegeln, Situationen differenziert wahrzunehmen und die Erregung zu kontrollieren.“⁴

S. W. Lazar (2005) sowie *G. Pagnoni* und *M. Cekic* (2007) haben inzwischen den Nachweis erbracht, dass spirituelle Übungen wie im Zen auch den altersbedingten Abbau grauer Hirnsubstanz verhindern. Lazars Untersuchung zufolge war „ein Gebiet im Präfrontalkortex ... bei den Meditierenden dicker als bei den Kontrollpersonen.

¹ Herbert Benson, *Heilung durch Glauben*, München 1997.

² Ulrich Ott, *Meditationsforschung. Ausgewählte Befunde und Informationsquellen*, Deutsches Yoga-Forum, 2008, Heft 5, S. 9-13, hier: 10.

³ Ulrich Ott, *Auswirkungen von Meditation auf das Gehirn*, in: Tagungsband zum Jubiläumssymposium „25 Jahre Oberberg – Horizonte öffnen“, Berlin 2009. Zitiert nach: https://docs.google.com/viewer?a=v&pid=explorer&chrome=true&srcid=0B1YiIqPLXvcUMDIxOThhMjMtMDMwZC00YzJkLWE0NzQtNWVIMDMzYzA3MTM4&hl=en_US (Zugang: 1.1.2012), 4.

⁴ Ott, a.a.O., 5. Vgl. Britta K. Hölzel/Ulrich Ott/T. Gard/H. Hempel/M. Weygandt/K. Morgen/D. Vaitl, *Investigation of mindfulness meditation practitioners with voxel-based morphometry*, *Social Cognitive and Affective Neuroscience*, 2008, 3, 55-61, online: <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC2569815/?tool=pubmed> (Zugang: 1.1.2012).

Dieser Unterschied zwischen den Gruppen ging hauptsächlich auf die älteren Meditierenden zurück. Bei diesen war nämlich der alterstypische Abbau in diesem Gebiet anders als in der Kontrollgruppe nicht vorhanden. Zwei Jahre später wurde der Befund von einer anderen Arbeitsgruppe bestätigt und erweitert (Pagnoni & Cekic, 2007). Wiederum war der alterstypische Abbau an Hirnsubstanz in einer Gruppe von Zen-Meditierenden nicht feststellbar. Ein zusätzlich durchgeführter Test der Konzentrationsleistung zeigte, dass in der Kontrollgruppe die Leistung mit dem Alter abnahm (Verlängerung der Reaktionszeiten), wohingegen die Leistung bei den Meditierenden unverändert blieb.“¹

3. Heilung

Psychologen und Neurowissenschaftler erörtern inzwischen ernsthaft Spiritualität als gesundheitserhaltenden und auch -erzeugenden Faktor. *Renaud van Quekelberghe*, Professor für Klinische Psychologie, markiert eine Trendwende im Bereich Klinischer Psychologie, wenn er bedauert, dass agnostisch und atheistisch eingestellte Psychologen die wichtigste Heilungsquelle aus dem therapeutischen Prozess ausklammern. Seit den 1990er Jahren hat hier ein Umdenken eingesetzt. Empirische Untersuchungen belegen inzwischen: Entgegen Freuds Annahmen in „Die Zukunft einer Illusion“ (1927) führt Religion kaum zu magischen Abwehrformen, intensiven Verleugnungen und lähmender Passivität. Das Gegenteil ist erwiesen: Empirische Untersuchungen belegen, dass religiös eingestellte Personen sogar stärker als nichtreligiöse Personen die direkte und aktive Auseinandersetzung mit Krisen bevorzugen.²

Spiritualität wird zunehmend, durch wissenschaftliche Untersuchungen fundiert, zum Mittel zur Prävention und zur Therapie anerkannt. „Spirituelle Abstinenz“ gilt in diesem gewandelten Kontext als ein „Gesundheitsrisiko“. Der Psychologe und Meditationsforscher *Ulrich Ott* verweist auf empirische Studien, die Spiritualität als gesundheitsfördernden Faktor erweisen. „Laut der repräsentativen Umfrage ‘Spiritualität in Deutschland’ (2006) bezeichnen sich 10-15 Prozent der Bevölkerung als ‘spirituelle Menschen’ bzw. ‘spirituelle Sinnsucher’. Dieser Anteil ist bedauerlich niedrig, denn spirituelle Abstinenz könnte tatsächlich ein ‘Gesundheitsrisiko’ darstellen (Walach, 2005; Lee & Newberg, 2005). Spiritualität kann als Ressource verstanden werden, die Menschen nutzen, um sich zu regenerieren und seelische Ausgeglichenheit zu finden.“³

¹ Ott, a.a.O., 6. Vgl. S. W. Lazar/C. E. Kerr/R. H. Wasserman/J. R. Gray/D. N. Greve/M. T. Treadway et al., Meditation experience is associated with increased cortical thickness, *Neuroreport*, 2005, 16 (2005), 1893–1897, online: <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC1361002/?tool=pubmed> (Zugang: 1.1.2012) G. Pagnoni/M. Cekic, Age effects on grey matter volume and attentional performance in Zen meditation, *Neurobiol Aging*, 2007, 28 (10), 1623–1627.

² Renaud van Quekelberghe, Grundzüge der spirituellen Psychotherapie, Eschborn bei Frankfurt M. 2007, 91. – David Lukoff, The diagnosis of mystical experiences with psychotic features, in: *Journal of Transpersonal Psychology* 17 (1985), 155–181. Lukoff/H. C. Everest, The myths in mental illness, in: *Journal of Transpersonal Psychology* 17 (1985), 123–153. Lukoff/Francis G. Lu/ Robert Turner, Toward a more culturally sensitive DSM-IV. Psychoreligious and psychospiritual problems, in: *Journal of Nervous and Mental Disease*, 180 (1992), 11, 673–682.

³ Ulrich Ott, Transpersonale Perspektiven in der Meditationsforschung, *Transpersonale Psychologie und Psychotherapie*, 2008, Band 14, Heft 1, 75–82, zitiert nach: https://docs.google.com/viewer?a=v&pid=explorer&chrome=true&srcid=0B1YiIqPLXvcUZWE2NWRINWEtYWUzOC00NDMxLWJmMDgtNmJmNDRkMDc5ZTIw&hl=en_US, 8. Vgl. B. Y. Lee/A. B. Newberg, Religion and health: A review and critical analysis, *Zygon*, 2005, 40, 443–468. H. Walach, Spiritualität als Ressource: Ein neues Forschungsfeld und seine Chancen und Probleme. *Deutsche Zeitschrift für Onkologie*, 2005, 37, 4–12.

Vor allem bei stressbedingten Erkrankungen, aber auch seelischen Erkrankungen und sogar bei Krebs haben sich spirituelle Übungen als wichtiger Heilungsfaktor erwiesen. „Die Auswertung vorliegender klinischer Studien in so genannten Meta-Analysen bescheinigt beispielsweise dem Programm ‘Stressbewältigung durch Achtsamkeit’ von Kabat-Zinn eine gute Wirksamkeit bei einer Vielzahl von Störungen (u.a. Schmerz, Krebs, Herzkrankheiten, Depressionen und Angststörungen).“¹

In diesem präventiven und medizinischen Kontext werden spirituelle Übungen möglichst ohne ihren religiösen Kontext eingesetzt, bzw. es werden bislang buddhistische Übungen bevorzugt. „Klinische Programme wie ‘Stressbewältigung durch Achtsamkeit’ vermitteln Meditationstechniken jedoch ohne religiösen Kontext und die wissenschaftlichen Forschungsergebnisse zeigen, dass es hier nicht um Glaubensfragen geht, sondern um das menschliche Potential, selbst etwas für die eigene Gesundheit zu tun. Geistige Übungen können genutzt werden, um spezifische Fähigkeiten zu entwickeln, sich selbst besser wahrzunehmen und achtsamer mit sich selbst und seiner Umwelt umzugehen.“²

Bei stressbedingten Erkrankungen bewähren sich Meditationstechniken, die regulierend in das vegetative Nervensystem eingreifen – zur „relaxation response“. „Die Liste körperlicher und psychischer Erkrankungen, bei denen Meditationsmethoden mit Erfolg eingesetzt werden, ist lang“ (Williams & Zylowska, 2009). Ganz oben stehen stressbedingte Erkrankungen. Wer ständig unter Anspannung steht, wem die Angst im Nacken sitzt, bei wem Herzrasen und Schweißausbrüche an der Tagesordnung sind, der tut gut daran, eine Entspannungsmethode zu erlernen, um sein vegetatives Nervensystem zu beruhigen. Meditation hat eine vergleichbare Wirksamkeit wie das bekannte Autogene Training oder die Progressive Muskelentspannung. Wer sich hinsetzt und den inneren Aufruhr mit etwas Distanz beobachtet, wird bald feststellen, wie die Atmung ruhiger und gleichmäßiger wird, die hochgezogenen Schultern sinken und sich die Falten auf der Stirn glätten.“³

Aus dem buddhistischen Kontext bewähren sich Verfahren zur achtsamen, nicht wertenden Körperwahrnehmung. „Die achtsame und wohlwollende Wahrnehmung des eigenen Leibes ist für viele Menschen eine neue Erfahrung, wenn sie mit Meditation beginnen. Chronische Verspannungen im Körper aufzuspüren und sich mit auftauchenden Schmerzen auseinanderzusetzen, anstatt sie zu verdrängen oder mit Medikamenten abzdämpfen, ist keine leichte Aufgabe – zeigt aber deutlich positive Wirkungen. Schmerzhafte Empfindungen anzunehmen und mit Gleichmut zu beobachten, wie sie entstehen und sich von Moment zu Moment verändern, hilft auszusteigen aus Bewertungen und Gedankenkreisen (‘Das ist nicht auszuhalten!’), die die ursprünglich auslösende Empfindung längst ausgeblendet und sich verselbständigt haben.“⁴

¹ Ulrich Ott, Meditationsforschung. Ausgewählte Befunde und Informationsquellen, Deutsches Yoga-Forum, 2008, Heft 5, S. 9-13, hier: 11.

² Ulrich Ott, Meditationsforschung heute – Bilanz und Ausblick, Visionen, 2010, Heft 10, 10-13. Zitiert nach: <https://docs.google.com/viewer?a=v&pid=explorer&chrome=true&srcid=0B1YiIqPLXvcUYzZhNjczZGEtZDU2NC00YTg3LWlWYtMjgzMTM0NjUxYTJj&hl=de&authkey=CPWp27cI3> (Zugang: 1.1.2012).

³ Ott, a.a.O., 1.

⁴ Ott, a.a.O., 1f.

Meditationsmethoden, die die Wahrnehmung schulen, werden inzwischen auch als wichtiger Therapieweg bei schweren seelischen Erkrankungen wie Essstörungen, Suchterkrankungen, Aufmerksamkeitsdefiziten, Depression und Borderline-Störung eingesetzt. „Die inneren Vorgänge wahrzunehmen und regulierend einzugreifen, hilft auch bei Neigungen zur Depression. Grübeln und selbstabwertende Gedanken rechtzeitig zu erkennen und zu beenden, kann verhindern, dass negative Gefühle hervorgerufen und verstärkt werden und eine Abwärtsspirale in Gang kommt, an deren Ende ein depressiver Sumpf jede Lebensfreude erstickt.“¹

4. Mystik

Auch gegenüber mystischen Einheitserfahrungen werden inzwischen von psychologischer Seite pathologisierende Vorurteile abgebaut. Mystische Erlebnisse werden zunehmend auf positive Wirkungen für die seelische Gesundheit hin untersucht.² Psychologen wie *David Lukoff* kämpfen „für die Einführung einer nicht-pathologisierenden Kategorie in Bezug auf außergewöhnliche transpersonale Erfahrungen in die US-amerikanische, psychiatrische Klassifikation DSM-IV“.³ Quekelberghe hält fest, dass Untersuchungsmethoden, die spirituellen Praktiken angemessen sind, teilweise erst noch entwickelt werden müssen: „Darüber hinaus ist nicht auszuschließen, dass spirituelle oder religiöse Praktiken wie das Gebet oder Meditieren subtile gesundheitsfördernde Bewusstseins transformationen in Gang setzen, die zwar z.Z. kaum erforschbar erscheinen, die aber – wie z.B. bestimmte Psi-Phänomene⁴ – eines Tages leichter erfasst und erklärt werden können.“⁵

Robert K. C. Forman beschreibt das Einheitsbewusstsein durch die Merkmale:

- „1. Es wirkt Ich-dezentriert, Ego auflösend.
2. Es ist maximal bejahend bzw. nicht bewertend.
3. Es ist ohne Rest, zeit- und grenzenlos.
4. Es wird geprägt durch Gefühle der Dankbarkeit, Friedfertigkeit, Stille oder 'Gnadenfülle'.
5. 'Barriere-Gefühle' wie Angst, Hass, Wut, Neid, Hochmut, Zweifel etc. sind hier nicht anzutreffen.“⁶

Im medizinischen und psychotherapeutischen Kontext der Moderne wurden Einheitserfahrungen und andere mystische Erlebnisse vorrangig als krankhafte Prozesse diagnostiziert. Aus der Sicht des deutschen Psychologie-Professors Renaud van Quekelberghe liegt dies daran, dass „sehr wenig Psychotherapeuten und Psychiater sich systematisch mit einem solchen Bewusstseinspotential in Ausbildung und Forschung auseinandergesetzt haben“ und dass „solche Erlebnisse fälschlicherweise mit

¹ Ott, a.a.O., 2.

² Renaud van Quekelberghe, Grundzüge der spirituellen Psychotherapie, Eschborn bei Frankfurt M. 2007, 78.

³ A.a.O., 113f.

⁴ Begriff aus der Parapsychologie für Phänomene wie Telekinese und außersinnliche Wahrnehmungen wie Hellsehen, Telepathie und Präkognition. Präkognition bezeichnet die Fähigkeit, in die Zukunft zu sehen. Psychokinese bzw. Telekinese bezeichnet die Fähigkeit, Dinge durch mentale Kräfte zu bewegen. Vgl. die Übersicht zum Forschungsstand durch die Neurowissenschaftlerin Diane Hennacy Powell, Das Möbius Bewusstsein, München 2009.

⁵ Quekelberghe, a.a.O. (Anm. 32), 87.

⁶ A.a.O., 99.

dem exzessiven Gebrauch illegaler Drogen (z.B. Meskalin, Ecstasy, LSD) nach wie vor eng assoziiert werden“.¹

Inzwischen liegen jedoch zahlreiche differentialdiagnostische Untersuchungen vor. Mystische Einheitserfahrungen unterscheiden sich von schizophrenen und psychotischen Erlebnissen vor allem durch ihre positiven Nachwirkungen:

- „eindeutige positive und vorübergehende Emotionen,
- Fehlen von Zwangsimpulsen,
- merklich reduzierte Zentrierung auf das Ich,
- gesteigertes, soziales Mitgefühl,
- intakte logische Urteilsfähigkeit,
- nur selten auftretende negative akustische Halluzinationen (Stimmen).“²

Selbst „bei psychotischen Personen haben mystische Erfahrungen, wenn sie auftreten, keine verheerenden Nachwirkungen“.³ Bereits William James und Evelyn Underhill wiesen darauf hin, dass mystische Erlebnisse eine „Quelle für Resilienz und deutliche Stärkung des menschlichen Lebenssinnes, der Lebens- und Selbstbejahung“ sind.⁴ Nach einer langen Zeit wissenschaftlicher Ignoranz begannen Psychologen in den 1980er Jahren damit, das therapeutische Potenzial von Einheitserfahrungen näher zu untersuchen. Einhellig widerlegen sie die medizinischen und psychologischen Vorurteile der Moderne. Mystische Einheitserfahrungen heilen Menschen in lebensbedrohlichen Situationen, bei der chronifizierten Trauerreaktion, bei posttraumatischen Belastungsstörungen und sie tragen nachweisbar zur Überwindung von Alkoholabhängigkeit bei.⁵

5. Christliche Spiritualität in postmoderner Form

Die Theologie und die christlichen Kirchen sollten die oben genannten Trends aufnehmen und entsprechende christlich profilierte Angebote entwickeln. Das heißt zunächst grundlegend:

- Spiritualität muss als gesellschaftlicher Trend in der Postmoderne ernst genommen werden.
- Spiritualität muss im Dialog mit der Meditationsforschung reflektiert werden.
- Die Kirchen müssen ihre eigenen mystischen Kerntechniken wiederentdecken und reflektiert für Zeitgenossen vermarkten.
- Christliche Spiritualität sollte unter den drei gegenwärtig meistdiskutierten Leitaspekten Coaching, Heilung und Mystik reflektiert und angeboten werden.

Im Folgenden stelle ich einen eigenen Ansatz vor, den ich auf diesem postmodernen Hintergrund entfaltet habe: „Mystik und Coaching mit MTP Mental Turning Point®“. Inzwischen liegen hierzu neben theoretischer Reflexion auch Praxiserfahrungen aus

¹ A.a.O., 103.

² A.a.O., 102, vgl. dort die Verweise auf entsprechende Studien.

³ Ebd.

⁴ Ebd.

⁵ Nachweise a.a.O., 102f.

der Seelsorge und von Kursteilnehmern entsprechender Seminare vor.¹ Langfristig bin ich daran interessiert, die Effektivität dieses Übungsweges für die drei Bereiche des mentalen Coachings, zur seelischen und körperlichen Heilung sowie zu mystischem Erleben in Kooperation mit Meditationsforschern untersuchen zu lassen.

Im Rahmen dieses Aufsatzes lassen sich nur Grundzüge skizzieren. Die Basis des MTP-Übungsprogramms bilden drei Grundübungen: eine Übung für die Entwicklung des Willens, der Gefühle und des Denkens. Das christliche Kernprofil bleibt dadurch erhalten, dass im Bereich „Denken“ eine hochfrequente Übungspraxis mit dem Jesusgebet im Alltag empfohlen wird (das mit dem Atemstrom verkoppelte mantrische Beten von „Jesus Christus“ oder „Jesus Christus, Sohn Gottes, erbarme dich meiner [des Sünders]“).

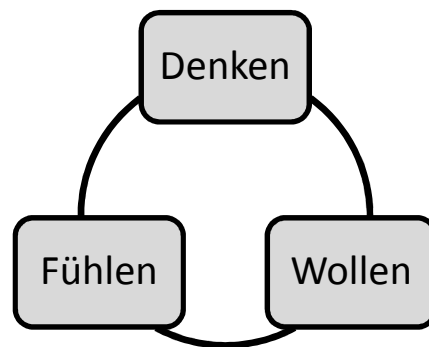


Abbildung 1: Drei Übungsfelder der MTP-Mystik

Die drei Grundübungen lassen sich mit drei Übungsleveln kombinieren: 1. Coaching, 2. Heilung, 3. Mystik. Abbildung 2 verbindet die Übungslevel mit den drei klassischen mystischen Stufen: purificatio, illuminatio und unio.

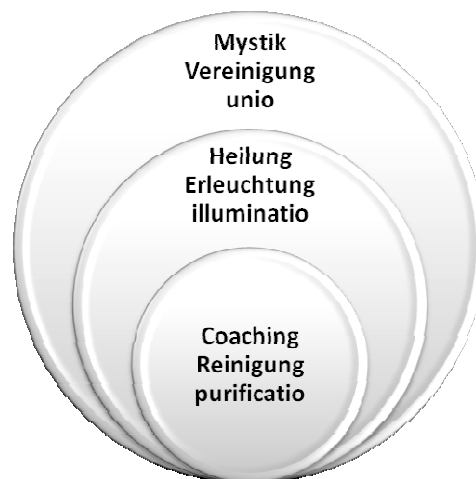


Abbildung 2: Drei Stufen der Selbsterkenntnis

¹ Sabine Bobert, Seelsorge in der Postmoderne – Mentales Coaching, Heilung und Mystagogie, Wege zum Menschen 63, 2011, 258-272. Dies., Mystik und Coaching mit MTP Mental Turning Point®, Münsterschwarzach 2011 (UrbanMystiX 2).

Auf der *Übungsstufe 1, dem Coaching*, dienen die drei Grundübungen vorrangig der Achtsamkeitsschulung. Die oder der Übende nimmt zunehmend eigene Willensimpulse, Gefühlslagen und Gedanken differenziert wahr. Sie oder er kommt dadurch in die Lage, eigene Gefühle und Denkschleifen zu regulieren statt sie lediglich zu erleiden. Die Konzentrationsfähigkeit nimmt zu. Die Übenden werden stressresistenter und krisenfester.

Subjektiv kann die Coaching-Ebene wie folgt erlebt werden:

- Ein angespannter Mensch mit hohen Normen, der bereits eine Psychotherapie und einen Klinikaufenthalt hinter sich hatte: „Ich fühle mich angenehm ruhig. Ich habe das Gefühl, als wäre eine Schutzwand um mich herum. Ich fühle mich sicher.“
- Eine Lehrerin: „Ich merke, dass ich nur noch wenig verspannt bin, wenn ich zu Hause ankomme. Ich habe nicht mehr diese schreckliche Migräne.“
- Eine Projektleiterin: „Mein Arbeitsplatz erscheint mir wie neu. Mich belastet nichts mehr. Meine Projekte, die ich beantrage, werden jetzt immer genehmigt. Ich glaube, das kommt daher, weil ich jetzt viel klarer auftrete und klarer weiß, was ich will. Ich komme abends viel frischer nach Hause.“

Übungsstufe 2, die Aktivierung von Selbstheilungsprozessen, kann durch eine intensivierte Übungspraxis erreicht werden. Heilungserfolge durch mantrisches Beten sind auf wissenschaftlicher Ebene durch Prof. Herbert Benson von der Harvard Medical School nachgewiesen worden. Ferner hat Benson psychosomatische Heilungserfolge durch imaginierte innere Szene nachgewiesen.¹ Diese Technik wird in MTP für die Grundstufe der Gefühlsübung eingesetzt.

Nach Prof. Dr. Benson löst die Sammlung in einem Mantra eine „Entspannungsreaktion“ (relaxation response) aus. Diese tritt an die Stelle der alltäglichen „Kampf- oder Fluchtreaktion“. Körperlich heilsame Folgeeffekte sind:

- der Bluthochdruck sinkt deutlich
- chronische Schmerzen verringern sich
- 75% der Patienten mit Einschlafstörungen wurden geheilt und konnten wieder normal schlafen, die übrigen 25% erlebten eine Besserung ihrer Schlafstörung
- bei Krebs- und Aidspatienten reduzierten sich die Symptome; Übelkeit und Erbrechen als Nebenwirkungen der Chemotherapie ließen sich besser unter Kontrolle halten
- bei Patienten, die unter Angstzuständen und leichten oder mittelschweren Depressionen litten, trat eine deutliche Besserung ein
- bei Patienten mit Migräne reduzierten sich Häufigkeit und Heftigkeit der Anfälle.²

Bensons Forschungsergebnisse decken sich mit Erfahrungen von Kursteilnehmern:

- Eine an Depression erkrankte Frau: „Das mit ´Jesus Christus´ habe ich vorhin bei einer Radtour geübt. Es klappt. Dann bin ich mit dem Rad zur Rückenschule gefahren und ich hatte kaum Ängste. Es war ganz toll.“

¹ Herbert Benson, a.a.O. (S. 14, Anm. 1).

² A.a.O., 176.

- „Meine morgendlichen Kopfschmerzen sind zurückgegangen.“
- Ein 67jähriger Mann, der nach einem zweiten Herzinfarkt seit drei Jahren gegen Bluthochdruck Blutdrucksenker, Blutverdünner und Cholesterintabletten einnehmen musste, konnte die Medikamente problemlos absetzen, weil sein Blutdruck sich wieder normalisiert hatte.

Zusätzlich führt intensives mantrisches Beten zum Bewusstwerden unbewusster Persönlichkeitsanteile. In den Worten einer Kursteilnehmerin:

- „Es ist für mich wie bei einer Zwiebel: Was mich verdeckt, fällt schichtweise weg.“

Stufe 3 – Mystik: Der Ansatz von „MTP Mental Turning Point®“ hält daran fest, dass christliche Mystik Menschen mehr vermittelt als Coaching und alternative therapeutische Maßnahmen. Das intensive Beten des Jesusgebets führt Menschen zu erweiterten Identitätsebenen, zu einer Lebens- und Liebesbeziehung mit Jesus Christus als Auferstandenen und schließlich zu einer Vereinigung mit ihm. Im Kern ist christliche Mystik personal ausgerichtet, und sie lässt sich in ihrer Dynamik am ehesten als Liebesmystik beschreiben. In den Worten eines Menschen auf diesem Gebetsweg:

- „Ich bin krank vor Sehnsucht. Mein Herz ist wund. Du hast es berührt. Ich stehe auf und tappe rastlos in der Wohnung umher. Ich suche Dich. Du durchdringst mich von innen her und taust mich auf. Ich bin krank von Deiner Liebe und sie macht mich gesund.“
- „Ich dachte, ich muss mich anstrengen, um Dich zu finden. Dabei muss ich nur loslassen, was mich von Dir trennt. So gebe ich Dir hin meine Bilder und meinen Geist.“

Die personale Grundstruktur unterscheidet die christliche Mystik von vielen anderen Techniken, denen es lediglich darum geht, Menschen mystische Erlebnisse zu verschaffen.

Der Einstieg in mystische Prozesse ist erneut mit intensiven Persönlichkeitsumbrüchen verbunden. In den Worten eines Jesusgebets-Mystikers:

- „Keine Lichtvisionen, nichts Mystisches. In meinem Kopf wird einfach alles klar. ... Mein Ego – warum halte ich daran fest? Es ist der von Anderen programmierte Bereich. Bisher habe ich diese Programme am Laufen gehalten und weiter entwickelt. ... Jesus Christus bündelt unser Geheimnis wie in einem Brennglas. Der Vater hat sein Wesen in die Menschheit hineingegeben. Gott ist Multität. Ich bin wesenseins mit dem Vater. Unser Ego hat eine fiktive Welt aufgebaut.“

Auf dieser Entwicklungsstufe warten Krisen eigener Art. Teils sind sie mit der Integration mystischer Wahrnehmungsformen verbunden, die sich im Rahmen eines materialistischen Weltbildes nicht mehr hinreichend kommunizieren lassen. Der Mensch erkennt, dass er in seinem innersten Wesen reines Bewusstsein ist. Alle anderen Identitätsebenen erscheinen als vorläufig. Auf der Identitätsebene des reinen Bewusstseins ist er in der Lage, mit allen und allem zu verschmelzen und es von innen her zu erfahren, als sei es das eigene Erleben. Auf dieser Ebene vollzieht sich Mitgefühl nicht mehr auf der Vorstellungsebene, sondern im Erleben einer erweiterten Identität.

RELIGIOSITÄT UND RESOZIALISIERUNG

Prof. Dr. Rüdiger Wulf, MR

Sehr geehrte Damen und Herren, liebe Frau Büttner,

Dank

zunächst möchte ich den Ausrichtern dieser Veranstaltung sehr herzlich für die Organisation dieser Veranstaltung danken, ganz besonders Ihnen Frau Büttner. Bei Ihnen liegen die Tagung, die Einkehrtage und das Projekt „Kloster im Gefängnis“ in den besten Händen. Ich weiß, wie wichtig Ihnen dies ist und wie sehr Sie sich dafür einsetzen. Seit fast 30 Jahren im baden-württembergischen Strafvollzug habe ich noch keine Veranstaltung erlebt, die ein so fundamentales Thema in so griffiger Form und mit so interessanten Personen aufbereitet, die vor mir zu Wort kamen und nach mir sprechen werden. Ich hoffe mit Ihnen, dass vom heutigen Symposium fruchtbare Impulse für die Gefängnisseelsorge in Baden-Württemberg ausgehen, vielleicht sogar darüber hinaus, wenn die Evangelische Konferenz für Gefängnisseelsorge in Deutschland sich bundesweit dafür einsetzt.

Gleichzeitig möchte mich bei allen bedanken, die im baden-württembergischen Strafvollzug christliche Übungen der Stille oder Einkehrtage durchführen. Ich denke hierbei vor allem an die Vertreter der Sozialtherapeutischen Anstalt auf dem Hohenasperg und im dortigen Justizvollzugskrankenhaus, Frau Braun und Frau Ermer. Nicht von allen und nicht überall wird der Wert solcher Veranstaltungen so geschätzt, wie sie es verdienen. Manchmal werden neue Initiativen mit einem Kopfschütteln begleitet. Andere versuchen, sie lächerlich zu machen. Und andere wiederum streuen Gerüchte. Wenn man 30 Jahre Projekterfahrung hat, weiß man das und man kennt die Hintergründe für solche Verhaltensweisen. Dann weiß man aber auch, dass sich Gutes auf Dauer durchsetzt. Irgendwann kippt die Stimmung zum Positiven, und das Projekt kann sich etablieren. Und am Ende wollen alle am Anfang auch schon dafür gewesen sein. Ich wage die Prognose, dass es bei den christlichen Übungen der Stille auch so sein wird.

Ich danke für die Einladung zu diesem Symposium und für die Gelegenheit, hier und heute über christliche Spiritualität und Resozialisierung sprechen zu dürfen. Auf diesen Arbeitstitel hatte ich mich mit Frau Büttner verständigt. Wie so oft verändert sich ein Thema, wenn man es im Detail bearbeitet. So ist es auch mir so gegangen. Ich habe das Thema mehrfach verändert und bin am Schluss bei der Formulierung „Religiosität und Resozialisierung“ angekommen. Vielleicht erwarten Sie in diesem Zusammenhang eine Aussage zu der spannenden Frage, ob Gefangene, die an christlichen Übungen der Stille teilnehmen, eine bessere Legalbewährung haben als andere. Diese Hypothese kann ich nicht bestätigen und nicht falsifizieren. Auf Grund einiger Überlegungen tendiere ich zur Annahme, dass sich die Teilnahme *nicht* in besseren Rückfallquoten abbilden wird. Ich werde das noch begründen. Und ich werde darüber sprechen, warum christliche Übungen der Stille im Gefängnis auch dann einen Sinn machen, wenn es diese Effekte nicht gibt oder wenn man sie nicht messen kann.

Nachdem ich mich in mehrfache Richtung bedankt habe, muss ich allerdings auch von Undankbarkeit sprechen. Das Thema „Religiosität und Resozialisierung“ ist angesichts des Forschungsstandes eher „undankbar“. Ich werde diesen unbefriedigenden Forschungsstand noch skizzieren. Gleichzeitig muss ich darauf hinweisen, dass ich bei meinem Thema ein Stück weit Neuland betrete und es hier und heute nur vorsichtige Annäherungen an das Thema geben kann. Erwarten Sie daher nicht zu viel. Verstehen Sie meinen Beitrag bitte als eine Art kriminologische Hintergrundmusik, mit der ich die christlichen Übungen der Stille im Gefängnis und die heutigen Fachvorträge begleiten möchte.

Persönlicher Standpunkt

Bei einem Vortrag, der mit „Religiosität“ und „Resozialisierung“ fundamentale Schlüsselbegriffe enthält, ist es unabdingbar, vorab den persönlichen Standpunkt zu beschreiben, von dem aus die Ausführungen erfolgen. Einige Eckdaten zu meiner Person hat Frau Büttner bereits genannt.

Völlig richtig ist, dass ich Referatsleiter im Justizministerium bin. In meinem Referat geht es um die Vollzugsgestaltung, also die in unseren Justizvollzugsanstalten laufenden Behandlungsprogramme. Hinzu kommt, dass in meinem Referat die Aufsicht über die verschiedenen Fachdienste liegt und ich persönlich Ansprechpartner für die Seelsorgenden im baden-württembergischen Justizvollzug bin. Dabei halte ich mit den Veranstaltern Projekte und Modelle im Justizvollzug, auch im Bereich der Seelsorge, für Meilensteine auf dem Weg zu einem besseren Strafvollzug. Ausdrücklich weise ich aber darauf hin, dass ich im Folgenden aus wissenschaftlicher Sicht spreche und mich insoweit eingeladen fühle. Ich trage hier nicht eine im Justizministerium abgestimmte Haltung zu christlichen Übungen der Stille vor, weil es eine solche Abstimmung noch nicht gegeben hat und ich mir vorstellen könnte, dass es für eine abgestimmte Haltung zwischen den Fachreferaten noch zu früh ist. Keinesfalls dürfen Sie meine Ausführungen Herrn Justizminister Stickelberger als dessen offizielle Meinung zuschreiben. Allerdings habe ich mit Freude wahrgenommen, dass er sich positiv geäußert hat, als Sie ihn, liebe Frau Büttner, auf das Projekt angesprochen haben.

Mein Vortrag erfolgt also in erster Linie aus der Sicht eines wissenschaftlich tätigen Kriminologen. Ich stehe dabei - das ist nicht unbestritten - für eine Kriminologie, die den straffällig gewordenen Menschen in seinen sozialen Bezügen in den Mittelpunkt der Kriminologie als interdisziplinäre Wissenschaft stellt. Das ist der Fokus im Gegenstandsbereich unserer Tübinger Kriminologie. Natürlich interessiert uns auch die Kriminalitätskontrolle und mich persönlich vor allem die Kriminalprävention mit universellem, selektivem und indiziertem Ansatz, also auch und gerade bei Menschen, die in der Gefahr stehen, Straftaten zu begehen oder einen Rückfall begangen haben. Spezialisiert habe ich mich auf die Wirkungsforschung, also auf die Frage, ob und wie gegebenenfalls kriminalpräventive Maßnahmen wirken, insbesondere Straftaten ganz verhüten oder in ihrer Häufigkeit oder Schwere abmildern.

Ganz neutral bin ich bei alledem nicht. Ich will nicht verleugnen, dass ich mich als evangelischer Christ verstehe und als Christ, nicht unbedingt aus kriminologischer Sicht, den christlichen Übungen der Stille in der JVA Schwäbisch Gmünd und anderswo positiv gegenüberstehe. Und wenn es einmal, ich hoffe in nicht zu ferner

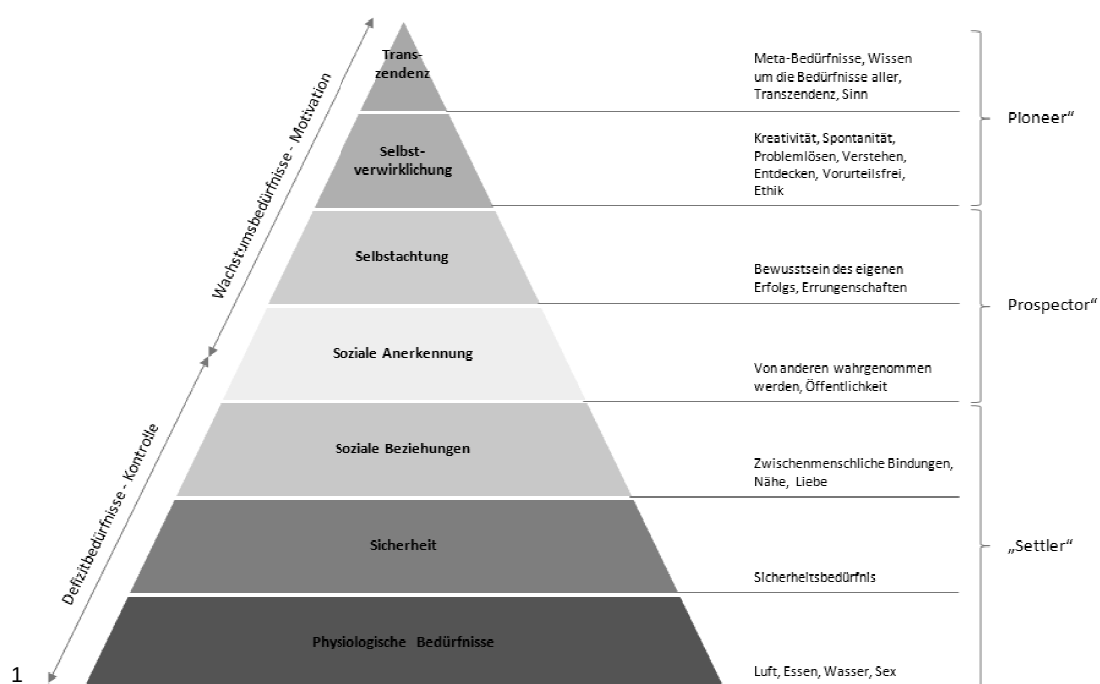
Zeit, einen Freundeskreis „Kloster im Gefängnis“ gibt, dann möchte ich gern dabei sein. Ein vorbereitendes Treffen hat es ja bereits im kleinen Kreis in diesem Sommer gegeben.

Begriffsbestimmungen

Nach diesen Vorbemerkungen möchte ich ins Thema einsteigen und zunächst einige notwendige Begriffsbestimmungen vornehmen.

Religiosität hat im Verständnis der Entwicklungspsychologie und der Religionspsychologie ihre Ursache in dem Bedürfnis, mit der individuellen Bildung nicht erklärliche Phänomene auf eine individuell verständliche Ursache zurückzuführen und sich selbst in einem möglichst geschlossenen System zu erklären. Gleichzeitig versuchen Menschen mit dem Erleben der eigenen Religiosität in der Gruppe ihre Zugehörigkeit zu dieser Gruppe zu bestimmen und zu festigen. Mit Religiosität versuchen Menschen sich auf eine welttranszendente Letzt-Wirklichkeit oder auf überweltliche Mächte zu beziehen. Historisch und global ist Religion bzw. Transzendenz ein Urbedürfnis des Menschen. Ich habe Ihnen die bekannte Maslowsche Bedürfnispyramide in den Materialien mitgebracht¹. Es handelt sich um die weniger bekannte Bedürfnispyramide, die Maslow im Spätwerk verwendet hat und wo die Transzendenz enthalten ist. Man kann sich streiten, ob die Transzendenz an der Spitze der Bedürfnispyramide ihren Platz hat und im Gegenteil nicht viel weiter an der Basis, etwa über dem Sicherheitsbedürfnis. Ich kann das hier nicht vertiefen; man sollte aber einmal darüber nachdenken.

Gern würde ich über die Verbreitung der Religiosität in Deutschland sprechen, muss mich aber aus Zeitgründen bezüglich der Religiosität junger Menschen auf einen Hinweis auf die 16. Shell-Jugendstudie beschränken. Danach spielt Religion für die Mehrheit der Jugendlichen in Deutschland nur eine mäßige Rolle. Allerdings gibt es Unterschiede zwischen drei sehr verschiedenen religiösen Kulturen: Während Religi-



on für junge Menschen in den neuen Bundesländern zumeist bedeutungslos geworden ist, spielt sie in den alten Bundesländern noch eine mäßige Rolle. Mittlerweile ist Gott nur noch für 44 Prozent der katholischen Jugendlichen wichtig. Ganz anders sieht es hingegen bei Jugendlichen mit Migrationshintergrund aus: Sie haben einen starken Bezug zur Religion, der in diesem Jahrzehnt sogar noch zugenommen hat. Das deckt sich mit Befunden meiner Tübinger Kollegen Kerner/Stroeze/Wegel bei jungen Gefangenen in den Jugendstrafanstalten Adelsheim bzw. Neustrelitz (ZJJ 2003, 233-240). In Neustrelitz bezeichneten sich nur wenige junge Gefangene als religiös, viel mehr dagegen in Adelsheim. Bei den Adelsheimer Gefangenen spielte Religion eine wichtige Rolle nur bei 20 Prozent der evangelischen Gefangenen und 24 Prozent der katholischen Gefangenen, dagegen bei 36 Prozent der muslimischen Gefangenen.

Vielleicht interessiert es sie zu wissen, wie man Religiosität misst. Man kann bei massenstatistischen Fragestellungen auf die formale Zugehörigkeit zu einer Religionsgemeinschaft abstellen, was aber nur ein grober Indikator ist. Denn schon Hermann Hesse hat einmal gesagt: „Ich habe nie ohne Religion gelebt und könnte keinen Tag ohne sie leben, aber ich bin mein Leben lang ohne Kirche ausgekommen.“ Man kann Fragen zur Religiosität stellen und die Antworten dann in einem Religiositäts-Index abbilden. Items eines Religiositäts-Indexes, auf den ich noch zu sprechen komme, enthält Seite 2 des Materials¹. Darüber erfasst man aber nur die erfragte bzw. geäußerte Religiosität. Will man die gelebte Religiosität eines Menschen erfassen, muss man seine verschiedenen Lebensbereiche untersuchen und im Einzelfall beurteilen, ob sein Verhalten von den ethischen Werten der Religion durchdrungen ist. Man sagt, woran das Herz hängt, das ist der Gott, an den man glaubt. Das kann in der Tat Gott sein, bei manchen ist es aber auch die Familie, die Arbeit, der Fußballverein oder nur das Geld.

Als Menschenrechtler kann ich nicht auf den Hinweis verzichten, dass die Religionsfreiheit ein wichtiges Grund- und Menschenrecht ist. Sie besteht vor allem in der Freiheit eines Menschen, seine Glaubensüberzeugung, das Glauben an einen Gott oder Götter, oder ein weltanschauliches Bekenntnis frei zu bilden und seine Religion oder Weltanschauung ungestört auszuüben sowie ihren Gesetzmäßigkeiten entsprechend zu handeln, einschließlich dafür zu werben, einer Religions- oder Weltanschauungsgemeinschaft anzugehören. Hierzu gehört auch die Freiheit, kultische Handlungen frei auszuüben (Kultusfreiheit). Zur Religionsfreiheit gehört auch die Freiheit *von* Religion, somit die Freiheit eines Menschen, keiner Religion oder keiner bestimmten Religion angehören zu müssen bzw. das Recht, nicht an einen Gott zu glauben. Die positive und negative Religionsfreiheit wird in der Allgemeine Erklärung

¹ Items des Religiositäts-Indexes:

- Wichtigkeit des Glaubens an Gott für das eigene Leben;
- Es gibt einen Gott, der sich mit jedem Menschen persönlich befasst;
- Es gibt einen Gott, der für uns Gott sein will;
- Das Leben hat für mich nur eine Bedeutung, weil es einen Gott gibt;
- Das Leben hat einen Sinn, weil es nach dem Tode noch etwas gibt;
- Es gibt ein Leben nach dem Tod;
- Einschätzung der eigenen Religiosität;
- Erfahrung der Nähe Gottes;
- Erfahrung der Hilfe durch Gott.

der Menschenrechte geschützt, *Artikel 18 lautet*: "Jeder hat das Recht auf Gedanken-, Gewissens- und Religionsfreiheit; dieses Recht schließt die Freiheit ein, seine Religion oder seine Weltanschauung zu wechseln, sowie die Freiheit, seine Religion oder seine Weltanschauung allein oder in Gemeinschaft mit anderen, öffentlich oder privat durch Lehre, Ausübung, Gottesdienst und Kulthandlungen zu bekennen." Dieser Schutz der Religionsfreiheit wird in Art. 4 des Grundgesetzes und im Justizvollzugsgesetzbuch in den maßgeblichen Paragraphen verstärkt. Christliche Übungen der Stille wurzeln in christlichen Schweigeritualen und sind daher traditionelle und anerkannte Formen der Religionsausübung. Sie stehen im Strafvollzug unter dem Schutz von Art. 4 GG und §§ 29 ff Justizvollzugsgesetzbuch III. Es ist sehr wichtig, das herauszuarbeiten, damit deutlich wird, dass es sich hierbei nicht um irgendwelche esoterischen oder pseudotherapeutischen Übungen handelt, sondern eben um Religionsausübung. Als es im Justizvollzugs Krankenhaus Hohenasperg eine Auseinandersetzung mit der Ärztlichen Leitung gab, musste diese Frage entschieden werden. Sie wurde zugunsten der Seelsorge entscheiden.

Damit will ich zum zweiten Schlüsselbegriff meines Themas, der Resozialisierung übergehen. Resozialisierung ist ein langfristiger Prozess auf den Ebenen von Wissen, Einstellungen und Verhalten(sänderung). Vor allem müssen viele wiederholt Straffällige ihre Wertvorstellungen und ihre *gelebten* Werthaltungen korrigieren und ihr Wertgefüge umschichten. Schwierigkeiten ergeben sich bereits, weil die Werte eines Menschen erfahrungswissenschaftlich kaum erfasst werden können. Anstelle breiter Ausführungen, was Resozialisierung bedeutet, will ich Ihnen ein drastisches Beispiel geben, das mein akademischer Lehrer Hans Göppinger den Studierenden und uns Mitarbeitern hin und wieder mit auf den Weg gegeben hat. Resozialisierung - so Originalton Göppinger - müssen wir uns mit umgekehrten Vorzeichen so vorstellen, dass wir Männer uns in der Lebenswelt von Zuhältern wohlfühlen und - pardon - die Frauen in der Lebenswelt von Prostituierten, mit allem was dazugehört. Wie jeder Vergleich mag auch dieser Vergleich hinken. Was dahintersteht und zum Ausdruck kommen soll, ist, dass Resozialisierung eine hohe Persönlichkeitsleistung ist, die nicht von heute auf morgen gelingt. Auch dazu noch ein Bild. Man sagt: So lange der Weg in eine kriminelle Karriere andauert, so lange dauert auch der Weg aus ihr heraus. Das heißt: Habe ich einen wiederholt Straffälligen, dessen Hinentwicklung zur Straffälligkeit man mehrere Jahre zurückverfolgen kann, so braucht der Resozialisierungsprozess entsprechend viele Jahre, oft viel mehr Jahre als eine aktuelle Freiheits- oder Jugendstrafe andauert. Am Ende soll dann ein Leben ohne Straftaten in sozialer Verantwortung stehen, wobei wir wieder bei Werten und gelebten Werten angekommen sind. Ich deutete bereits an, dass man die gelebten Werte eigentlich nicht unmittelbar erfassen kann. Wir Tübinger Kriminologen behelfen uns, indem wir die so genannten Relevanzbezüge eines Menschen betrachten. Das sind die charakteristischen Interessen und bestimmenden Grundintentionen eines Menschen, die sein Verhalten und seine Lebensführung besonders prägen. Als Grundlage dient das alltägliche Sozialverhalten. Wir fragen, was der Mensch am meisten pflegt, was er als letztes vernachlässigt und was er sich unter allen Umständen zu erhalten oder zu verschaffen sucht. Relevanzbezüge haben wir alle. Sie und ich, und jeder kann sich im Stillen fragen, welches die eigenen, unser Leben prägenden Relevanzbezüge sind.

Stand der Forschung

Nun zum Stand der Forschung. Trotz vieler Veröffentlichungen zu „Religion“ und „Resozialisierung“ ist der Forschungsstand zu „Religion und Resozialisierung“ unbefriedigend, insbesondere zu resozialisierenden Wirkungen der Religionsausübung im Strafvollzug. Brandner (Gottesbegegnungen im Gefängnis. Eine Praktische Theologie der Gefangenenseelsorge, 2009) stellt immerhin die Frage, ob religiöse Aktivitäten die Resozialisierung beeinflussen (S. 94-98). Er sieht mit Recht, dass vieles von der Definition „Resozialisierung“ abhängt. Er bietet dazu wenig überzeugend an:

- a) Anzahl der disziplinarischen Vergehen im Gefängnis;
- b) die Anpassung im Gefängnis;
- c) die Rückfälligkeit nach der Entlassung;
- d) die Anpassung an das Leben nach der Entlassung.

Er sieht Hinweise, dass Teilnahme an religiösen Programmen die Resozialisierung positiv beeinflusst. Die zitierten Quellen und die Argumente können aber nicht überzeugen. So stellt er fest, je mehr Gefangene an religiösen Veranstaltungen mitwirken, desto weniger Übertretungen im Gefängnis gibt es. Er weicht dann auf soziologische und kriminologische Theorien aus, die einen positiven Einfluss auf die Straffälligkeit suggerieren. Man könnte hier soziale Kontrolltheorien, sozial-ökologische Theorien und lerntheoretische Ansätze heranziehen. Er schließt mit dem eher banalen Fazit, dass weitere empirische Studien nötig sind. Wie solche Studien aussehen könnten, will ich später skizzieren.

Die jüngste Arbeit auf diesem Gebiet ist eine Schülerbefragung an über 4.500 Neuntklässlern von Brettfeld und Wetzels über Religionszugehörigkeit, Religiosität und delinquentes Verhalten Jugendlicher (Monatsschrift für Kriminologie 2011, S. 409-430), die Delinquenz mindernde Wirkungen von Religiosität in unterschiedlichen Bereichen (Kriminalität, Gewalt, Alkoholkonsum) nachweisen konnten.

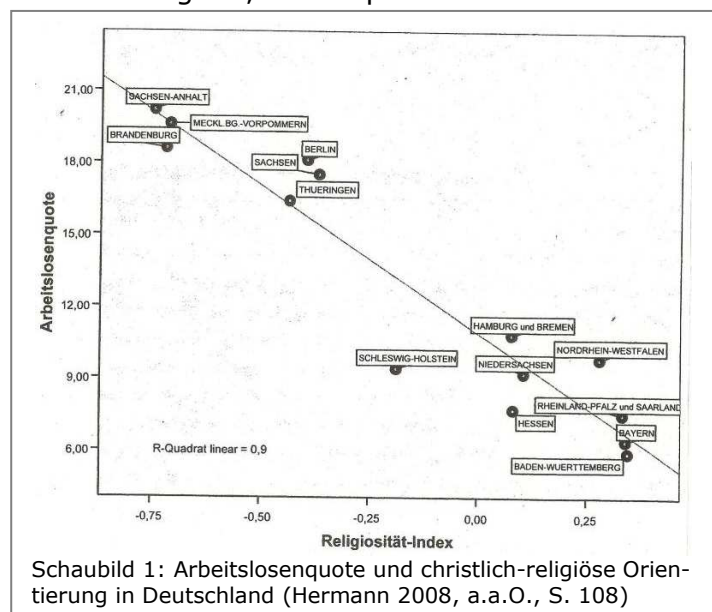
Funktion von Religion, insbesondere christlicher Schweigeübungen

Nun möchte ich auf die Funktion von Religiosität eingehen, insbesondere in Form von christlichen Schweigeübungen im Strafvollzug. Mein Ausgangspunkt war das menschliche Bedürfnis nach Religion und das Menschenrecht auf Glaubensfreiheit. Von diesem Ausgangspunkt her haben Religion und christliche Schweigeübungen einen Stellenwert an sich, unabhängig ob sie eine resozialisierende Wirkung entfalten oder nicht. Ich stelle immer wieder fest, dass vieles durch eine kriminalpräventive oder kriminaltherapeutische Brille gesehen wird. Das erfolgt aus unterschiedlichen Gründen. Weil man so Geld für ein Projekt bekommt. Weil man selbst an eine solche Wirkung glaubt. Weil man dann mit seinem Projekt besser dasteht. Religion im Strafvollzug und christliche Schweigeübungen haben es nicht nötig, ihre Legitimation mit Resozialisierungserfolgen zu begründen. Sie haben ihren Wert, weil sie das Urbedürfnis von Menschen nach Transzendenz stillen. Darüber hinaus können christliche Schweigeübungen bei Menschen, insbesondere auch Gefangenen, einen Freiheitsprozess in Gang setzen und Befreiung aus inneren und äußeren Zwängen fördern. Dazu kann ich auf die anderen Vorträge dieses Symposiums verweisen.

Religiosität und Sozialisation

Ich möchte Ihnen nun interessante Forschungsergebnisse zum Thema „Religiosität und Sozialisation“ vorstellen. Ich beziehe mich dabei auf Forschungen meines Heidelberger Kriminologie-Kollegen Dieter Hermann zu Werten und Ethik (insb. Hermann, D., 2003: Werte und Kriminalität. Konzeption einer allgemeinen Kriminalitätstheorie (gekürzte und aktualisierte Version der Habilitationsschrift). Wiesbaden: Westdeutscher Verlag. Hermann, D., 2008: Posttraditionale Ethik. Empirische Analysen und theoretische Reflexionen. Hamburg: Merus). Er ist in Fachkreisen bekannt, weil er mit einer ausgezeichneten Methodik arbeitet. Ich schätze ihn außerdem, weil er Kriminologie von einem christlichen Menschenbild aus betreibt. Da sind wir uns nahe. Professor Hermann müsste hier in Schwäbisch Gmünd bekannt sein, weil er in den 1990er Jahren zusammen mit Frau Berger Veränderungen in der sozialen Verantwortungsbereitschaft von Frauen im Strafvollzug untersucht hat (vgl. Caritas Schweiz: Werden die Mittel im Strafvollzug richtig eingesetzt? 1996, S. 41-54) und später die Prisonisierung im Frauenstrafvollzug (Monatsschrift für Kriminologie 1997, S. 370-387). Er hat dann 2003 mit einer Bahn brechenden Arbeit über Werte und Kriminalität habilitiert, um zu einer allgemeinen Kriminalitätstheorie zu kommen. Ich will heute Teile aus seinem im Jahr 2008 erschienenen Buch „Posttraditionale Werte“ einbringen. Die Botschaft vorab: Wer nach religiösen Werten, insbesondere christlichen Werten, lebt, hat bessere Chancen in der Sozialisation. Dazu gäbe es viel zu sagen, und man müsste weit ausholen. Ich möchte mich hier und heute auf die Abhängigkeit ökonomischer Indikatoren von der christlich-religiösen Orientierung in Deutschland beschränken. Ich greife Arbeitslosigkeit, Arbeitsproduktivität und Krimi-

nalität heraus. Den Religiositätsindex haben wir bereits besprochen; die Arbeitslosenquote wurde den amtlichen Statistiken entnommen. Man sieht eine besonders ausgeprägte christlich-religiöse Orientierung in den südwestlichen Bundesländern Bayern, Baden-Württemberg und Rheinland-Pfalz, während in den nordöstlichen Bundesländern die Ablehnung dieser Haltung relativ ausgeprägt ist. Diese gravierenden Unterschiede zwischen alten und neuen Bundesländern sind auch aus anderen soziologischen



Studien bekannt. Bundesländer mit einer ausgeprägten christlich-religiösen Orientierung haben relativ niedrige Arbeitslosenquoten, während dies für die Bundesländer mit einem hohen Anteil an Personen, welche der christlichen Religion distanzieren gegenüberstehen, umgekehrt ist. Die Ergebnisse sind signifikant. Man könnte einwenden, dass sich Kultur und Wirtschaft in den alten und neuen Bundesländern auf verschiedenen Pfaden entwickelt haben. Folglich könnte die Beziehung Religiosität und Arbeitslosenquote eine Scheinkorrelation darstellen. Professor Hermann hat aber nachgewiesen, dass die Beziehung zwischen dem Niveau christlich-religiöser Orientierung und Arbeitslosenquote auch erhalten bleibt, wenn alte und neue Bundeslän-

der getrennt untersucht werden. Interessant ist auch, dass derselbe Zusammenhang besteht, wenn man europäische Regionen als Untersuchungseinheiten verwendet (Hermann 2008, S. 112 ff.).

Das Schaubild 2 der Materialien beschreibt die Beziehung zwischen der christlich-religiösen Orientierung in den Bundesländern und der Arbeitsproduktivität, also dem Bruttoinlandsprodukt pro Einwohner. Bundesländer mit einer ausgeprägten christlich-religiösen Orientierung haben danach eine vergleichsweise hohe Arbeitsproduktivität; diese wird mit zunehmender Religiosität größer.

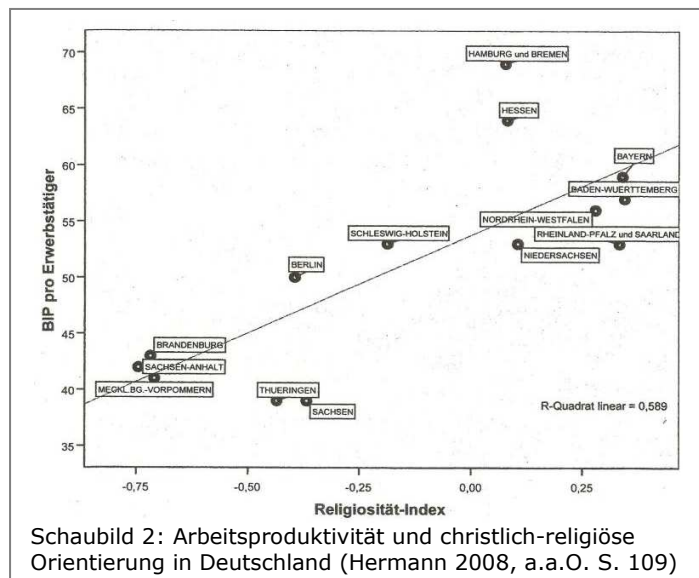


Schaubild 2: Arbeitsproduktivität und christlich-religiöse Orientierung in Deutschland (Hermann 2008, a.a.O. S. 109)

Wenden wir uns dem Schaubild 3 der Materialien zu. Dort geht es um die Beziehung von Kriminalitätsbelastung und christlich-religiöser Orientierung in Deutschland.

Die Kriminalitätsbelastung wurde anhand der Häufigkeitsziffer der polizeilich registrierten Kriminalität ermittelt. Man sieht, dass die Kriminalitätsbelastung in Baden-Württemberg und Bayern relativ niedrig ist, während sie in Mecklenburg-Vorpommern und Brandenburg relativ hoch ist. Die Bedeutung der christlichen Religion ist in den genannten Ländern umgekehrt.

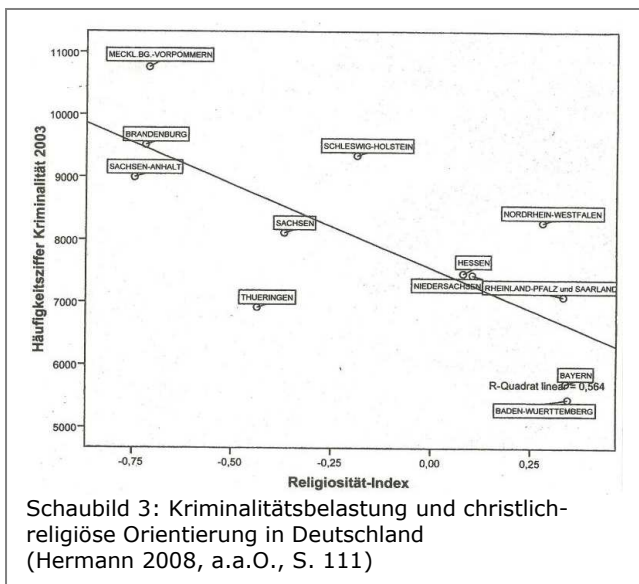


Schaubild 3: Kriminalitätsbelastung und christlich-religiöse Orientierung in Deutschland (Hermann 2008, a.a.O., S. 111)

Nimmt man alles zusammen, kann man feststellen, dass christlich-religiöse Überzeugungen eine sozialisierende Funktion haben. Wer nach dem Motto „Ora et labora“ („Bete und arbeite“) lebt, müsste ein sozial integriertes Leben führen. Christlich-religiöse Überzeugungen stellen auch einen Schutzfaktor gegenüber Straffälligkeit dar. Das verwundert nicht. Wer sich an den zehn Geboten orientiert, dürfte eigentlich nicht straffällig werden, insbesondere nicht wiederholt und mit schweren Taten. Ich könnte das auch aus unserer Tübinger

Jungtäter-Vergleichsuntersuchung nachweisen, muss darauf aber aus Zeitgründen verzichten.

Evaluation/Forschungsdesigns

Stattdessen möchte ich mich der interessanten Frage zuwenden, wie die resozialisierende Wirkung von kriminalpräventiven Maßnahmen untersucht werden kann, insbesondere auch von christlichen Schweigeübungen.

Für empfehlenswerte Forschungsdesigns gibt es internationale Standards (vgl. „Minnesota Scale of Scientific Methods“). An diesen internationalen Standards orientiere ich mich. Keinesfalls genügt es, nur die Beteiligten zu fragen, was oft geschieht, ob sie mit dem Projekt zufrieden sind und ob sie davon profitiert haben. Das wird oft gemacht, heißt aber nicht, dass so auch etwas bewirkt wurde.

Man muss vorgehen wie in der Arzneimittelforschung. Man nimmt 200 Probanden, die eine bestimmte Krankheit haben oder eine bestimmte Störung, hier: wiederholte Straffälligkeit. Dann teilt man diese 200 Probanden nach dem Zufallsprinzip in zwei Gruppen, eine Experimentalgruppe und eine Kontrollgruppe. Die Probanden in der Experimentalgruppe erhalten das Medikament oder die Maßnahme, hier: christliche Schweigeübungen. Die Probanden in der Kontrollgruppe erhalten nichts. Nun kann man nach drei Jahren prüfen, ob sich die Probanden in der Experimental- und Kontrollgruppe unterscheiden. Die wissenschaftlich korrekte Hypothese lautet, dass sie sich nicht unterscheiden. Schneiden die Probanden in der Experimentalgruppe hinsichtlich der Rückfälligkeit entgegen dieser Nullhypothese besser ab, hat man diese falsifiziert und man kann davon ausgehen, dass das Medikament bzw. die Maßnahme wirkt. Gegen solche Untersuchungen wird immer wieder vorgetragen, dass es nicht vertretbar sei, Probanden eine Maßnahme vorzuenthalten, die sie brauchen. Richtig ist vielmehr, dass es ethisch bedenklich ist, dass wir Probanden, insbesondere Gefangene, Maßnahmen aussetzen, die nicht oder nicht ausreichend evaluiert sind. Solange nicht nachgewiesen ist, dass eine Maßnahme wirkt und keine schädlichen Nebenwirkungen hat, ist es unbedenklich, sie in kontrollierten Evaluationsstudien zu testen. Daher habe ich von einem wissenschaftlichen und menschenrechtlichen Standpunkt aus große Bedenken gegenüber vielen therapeutischen Ansätzen im Strafvollzug. Gute Strafvollzugsforschung ist selten. Ich kenne in Deutschland nur zwei Untersuchungen, die internationalen Maßnahmen entsprechen. Die eine Untersuchung stammt von Ortmann und hat nachgewiesen, dass eine tiefenpsychologisch orientierte Sozialtherapie keine bis schlechte Wirkung hat und gegenüber verhaltenstherapeutischen Maßnahmen zurücksteht (vgl. Ortmann: Sozialtherapie im Strafvollzug. Eine experimentelle Studie zu den Wirkungen von Strafvollzugsmaßnahmen auf Legal- und Sozialbewährung; Freiburg i.B. 2002). Die andere Untersuchung ist die Evaluation unseres Modellversuchs mit dem elektronisch beaufsichtigten Hausarrest durch das Max-Planck-Institut in Freiburg (Konzeption des Modellversuchs bei Ratzel/Wulf in Forum Strafvollzug 2010, S. 336-341); der Abschlussbericht steht noch aus.

Kriterien für resozialisierend wirkende Projekte

Abschließend noch einige Überlegungen, ob christliche Schweigeübungen über ihren rein religiösen Wert hinaus resozialisierende Wirkungen versprechen. Ich verwende bewusst „versprechen“ und lehne mich dabei an die großen drei Fragen der Kriminalprävention an „What works? What doesn't work? What's promising?“

Soweit es sich um reine Einkehrtage handelt, die für sich weitgehend allein stehen oder nur kurz vor- und nachbereitet werden, glaube ich nicht an eine resozialisierende Wirkung, jedenfalls keine bleibende Wirkung. Aus der Präventionsforschung wissen wir, dass kurzzeitige Intervention und solche, die nur auf einer Ebene arbeiten (etwa Wissen, Gefühl, oder Verhalten), zu keinen messbaren präventiven oder reso-

zialisierenden Erfolgen führen. Das gilt für die Maßnahme an sich. Hinzu kommt, dass der Proband oder die Probandin dann wieder in den Vollzugsalltag und vor allem in die Subkultur des Gefängnisses zurückkehrt. Selbst wenn Einkehrtage den Boden für die Resozialisierung bereiten, vernichtet die Subkultur dieses keimende Pflänzchen allzu leicht.

Solche Veranstaltungen müssen vielmehr in ein bestimmtes Gesamtkonzept eingebunden werden, um eine resozialisierende Langzeitwirkung zu entfalten. Die Inhalte sollten in einer stabilen Gruppe und mit Bezugspersonen für die Probanden und Probandinnen langfristig vor- und nachbereitet werden. Alles sollte in einem Rahmen stattfinden, der keinen Raum für subkulturelle Aktionen zulässt. Der gesamte Vollzugsalltag sollte eine Struktur haben, die dem Leben in Freiheit möglichst nahekommt. Vor allem müsste eine Betreuung über den Tag der Entlassung hinaus erfolgen, die in Freiheit fortsetzt, was im Vollzug Grund gelegt wurde. Es müsste ein gut abgestimmtes Bündel aus psychologisch-psychiatrischen, sozialpädagogischen, seelsorgenden und anderen Maßnahmen geschnürt werden, um es einmal so zusammenzufassen. Erst wenn von einer integrativen Seelsorge gesprochen werden kann, sind resozialisierende Wirkungen zu erwarten.

Das Projekt „Kloster im Gefängnis“ erscheint mir als der richtige nächste Schritt zu diesem Ziel. Raum und Zeit, Personal und Klienten müssen aufeinander bezogen und abgestimmt werden. Wie das im Einzelnen aussehen wird, steht noch nicht fest, lässt sich aber konturieren und profilieren.

Am Ende könnte stehen, was ich in ähnlichem Zusammenhang an anderer Stelle einmal als Vision in den Raum gestellt habe: die Übernahme von Gefängnissen bzw. von nicht hoheitlichen Aufgaben der Vollzugsgestaltung durch die Kirchen (vgl. Düringer, H.; K. H. Schäfer: Was kann christliche Straffälligenhilfe leisten? 2011). Beim Jugendstrafvollzug in freien Formen mit christlichen Trägern ist Baden-Württemberg einen mutigen Schritt in diese Richtung gegangen. Beim Jugendarrest, insbesondere beim Warnschussarrest in freien Formen als stationäres soziales Training, wird das zurzeit angedacht. Und die zahlreicher werdenden sterbenden Gefangenen wären in christlichen Hospizen besser aufgehoben als in Gefängnissen, die nicht zum Sterben, sondern für Strafvollzug gebaut sind. Ich gehe noch einen Schritt weiter und würde mir wünschen, dass nicht hoheitliche Aufgaben im Strafvollzug in viel breiterem Maße von kirchlichen Einrichtungen übernommen werden. Vor einigen Jahren wurden 40 Prozent aller Aufgaben in der neuen Justizvollzugsanstalt Offenburg privatisiert. In der Ausschreibung haben sich Sicherheitsunternehmen, Catering-Firmen und Gebäudereinigungsfirmen gemeldet, die von vollzuglichen Aufgaben, insbesondere von den geforderten sozialtherapeutischen Leistungen, keine Ahnung hatten. Dementsprechend zäh war der Beginn, und dementsprechend ist es gut, dass dieses schief besetzte Modell beendet wird. Die Diskussion wäre vielleicht ganz anders gelaufen, wenn sich die Diakonie oder die Caritas an dieser Ausschreibung beteiligt und den Zuschlag erhalten hätte. Das wäre eine Chance für einen humanen und im wörtlichen Sinne wertvollen Strafvollzug. Ich würde mir wünschen, wenn das Projekt „Kloster im Gefängnis“ einen Beitrag in diese Richtung leistet.

DIE BEDEUTUNG DER KONTEMPLATION FÜR DIE KIRCHLICHE PRAXIS

Pfarrer Ulrich Rost

Liebe am Freiheitsprozess Interessierte! Genauer:

Liebe an dem in der Stilleübung entstehenden Freiheitsprozess Interessierte!

Ich freue mich, dass durch Sie die Freiheit auf der Erfahrungsebene neu ins Gespräch gebracht wird. Damit sind Sie meines Erachtens am Puls unserer Zeit.

Das, was Sie unter den Extrembedingungen im Gefängnis neu entdecken und Menschen hier erfahren, ist die Sehnsucht ganz vieler Menschen. Unsere Kirche wird dies auf der Erfahrungsebene wiederentdecken müssen und lernen weiterzugeben, wenn sie eine Zukunft haben möchte.

Zwei Punkte möchte ich hervorheben, die – wie ich finde – für die kirchliche Praxis ein besonderer Gewinn sind:

1. Kontemplation ermöglicht unmittelbare Erfahrung

Die Kontemplation eröffnet eine unmittelbare Erfahrung, die aus sich selbst hervorgeht und sich ohne dogmatischen Überbau untrüglich einstellt. Das Besondere ist, dass diese Erfahrung ohne große Erklärung einfach unmittelbar geschieht. Sie stellt sich spürbar ein und wird von ganz unterschiedlichen Menschen ähnlich beschrieben. Ihre große und stille Kraft ist, dass erfahren wird, über was wir sonst reden und reden, uns müde reden – erschöpft reden – burn out reden: Es erschließt sich die vitale Erfahrung der Christuswirklichkeit, als eine durchdringende und auch das Handeln prägende Empfindung von Liebe, Frieden, Freiheit.

2. Kontemplation ist grenzüberschreitend

Eine große Stärke der Kontemplation ist, dass Menschen, die unterschiedlich denken und sich dogmatisch und ideologisch vielleicht nie einigen würden, sich ganz unspektakulär auf der Erfahrungsebene treffen. Kontemplation ist grenzüberschreitend und integrativ. Sie stiftet also auch direkt Frieden und Freiheit. Es fallen Mauern, es fallen Grenzen.

Solche Wirkungen sind ja eigentlich logisch, wo wir sagen, dass der grenzüberschreitende Gott jetzt da ist und dass wir ihn erfahren können, wo wir uns jetzt für sein Dasein öffnen. Dieses Öffnen kann in der Kontemplation geübt werden.

Ich möchte mit Ihnen jetzt nicht in die Breite der kirchlichen Landschaft gehen, sondern in den verbleibenden 10 Minuten in die Tiefe schauen. Was geschieht in der Kontemplation ganz praktisch und wie kommt es zu Freiheitserfahrungen?

1. Zunächst eine eher allgemein bekannte Beschreibung:

In der Kontemplation lassen wir Gedanken, Vorstellungen, Wünsche, Pläne und Bilder los. So kann das ganz Andere, das Jenseits meiner Gedanken, Gottes Gegenwart in unserem Bewusstsein Raum bekommen – aber erst nachdem ich auf jegliches

Hineintragen meinerseits verzichtet habe. Ich sage bewusst in unserem Bewusstsein. Denn die Kontemplation geht davon aus, dass Gott immer schon da ist und seine Gegenwart jetzt alles durchdringt. Nur: wir merken es nicht, weil unser Bewusstsein dafür abgestumpft ist, bzw. mit anderen Dingen gefüllt ist. Die Übung der Kontemplation besteht im Kern darin, jetzt ganz da zu sein, alle eigenen Interpretationen zu lassen und einfach nur offen zu sein für das, was ist. Sie ist getragen von der jahrtausendalten Erfahrung, dass sich dann das Eins-Sein mit Gott so nach und nach ereignen kann. Das klingt ganz einfach und braucht für viele Menschen doch viel Übung. Diese Übung nennen wir Kontemplation. Das Wort Jesu: „Wer sein Leben verliert, wird es gewinnen“ findet hier eine ganz konkrete Umsetzung in Übung und Erfahrung. Gemeint ist, die eigenen Vorstellungen zu lassen. Dieses Lassen ist oft ein schmerzhafter Prozess, der häufig mit Angst verbunden ist. Oft hängen wir am eigenen Programm, am eigenen Machen und haben Angst, es zu lassen. Was kommt dann? Östliche Traditionen sagen zu diesem Prozess: leer werden. Apostel Paulus umschreibt diesen Prozess als das Sterben des „fleischlichen Strebens“. Da, wo alles Eigenmächtige, auch das angeblich Gute, gestorben ist, da breitet sich sein Leben aus, zeigt sich seine ganz andere Lebensqualität, die vielfältig umschrieben wird – beschrieben wird als tragender Grund, als Liebe, als Friede, als Freiheit, als Reich Gottes. Es zeigt sich nicht als Gegenüber, als etwas außerhalb meiner selbst, sondern als tiefe Erfahrung in uns. Wir erfahren Christus in uns und uns in ihm.

2. Im Folgenden möchte ich Sie zu einer Nahaufnahme einladen:

Ich möchte versuchen, den Freiheits-Prozess aus meiner Perspektive näher zu umschreiben, um so einen spezifischen Beitrag zu Ihrer Tagung zu leisten. Es gibt verschiedene Möglichkeiten, den Freiheitsprozess, der durch die Kontemplation entsteht, zu beschreiben. Hier meine Perspektive, die sich aus meinen Praxisfeldern ergibt. Einerseits nährt sie sich aus meinen eigenen Meditationserfahrungen und Erfahrungen als Leiter von Mediation und Exerzitien, andererseits aus meinen Erfahrungen als Pastoralpsychologe (Lehrsupervisor DGfP/KSA).

Auf dem Übungsweg ist es mir zunächst sehr wichtig, den inneren Beobachter, den inneren Zeugen bewusst zu machen. Da ist ein Teil in mir, der beobachten kann, was da passiert. Ich kann zum Beispiel auch meinen Körper einfach nur beobachten und mir bewusst machen, dass da ein Teil ist, der zuschaut. Ich bin achtsam da. Ich schaue zu. Ich lasse zu und nehme einfach nur wahr, was sich zeigt, ohne dass ich es bewerte oder analysiere. Ich hänge mich an nichts, lasse kommen und gehen. Ich gehe in das, was sich zeigt nicht hinein, identifiziere mich nicht damit – auch wenn es noch so schön ist. Auf der anderen Seite kämpfe ich auch nicht gegen was an – auch wenn es noch so unangenehm ist. Alles darf sein. Ich denke nicht, bewerte nicht. Ich beschäftige mich nicht näher mit dem, was sich zeigt. Diese Beschäftigung wäre die Aufgabe der Supervision und Therapie. Ich schaue „nur“ zu. Ich mache mir bewusst, dass da jemand ist, der zuschaut, dass ich da bin – einfach nur bin. In einem längeren Prozess kann sich dieses Ich mit Christus – also mit der Liebe, dem Friede, der Freiheit – verbinden.

Dabei ereignen sich spürbare Befreiungsprozesse. Warum?

Mit Hilfe eines Modells aus der Kommunikationspsychologie, dem „Inneren Team“ von Schulz von Thun, möchte ich in aller Kürze eine Erklärung andeuten. Dort findet

sich das Prinzip des Inneren Beobachters wieder. Dieses Prinzip wird inzwischen in unterschiedlichen psychologischen Kontexten angewandt. Schulz von Thun konstatiert, dass in unserem Inneren nicht nur zwei Seelen streiten, sondern dass es da viele Anteile, viele Stimmen, viele Teilpersönlichkeiten gibt. Und es gibt ein zentrales Ich, in dem alle Teile verbunden sind. Dieses zentrale Ich hat die Aufgabe, die verschiedenen Teile ganz bewusst so zu integrieren, dass ich ganz bin und frei bin. Wichtige Übung für dieses zentrale Ich ist, einerseits nicht von einem Teil völlig in Besitz genommen zu sein, und andererseits darauf zu achten, dass kein Teil ausgeschlossen wird.

Ein Beispiel: Ich habe große Angst und bin von ihr völlig in Besitz genommen. In diesem Fall ist mein zentrales Ich von einem Teil völlig in Besitz genommen. Die Übung ist nun, dass sich das zentrale Ich seiner Eigenständigkeit bewusst wird und zu der Angst Abstand bekommt, die ja nur ein Teil von mir ist. Der Übungssatz kann lauten: Du bist nur ein Teil von mir. Ich bin Dich nicht. Ich bin viel mehr. Du gehörst zu mir, aber nur als Teil. So wird mir mein zentrales Ich als unabhängig bewusst und die Angst wird angenommen und nicht verdrängt. Verdrängung wäre ja sehr schädlich. Du gehörst zu mir, aber ich, ich bin viel mehr. So kann sich Angst lösen. Das andere Extrem gibt es auch. Nämlich, dass aus meinem Inneren ein Anteil völlig ausgeschlossen ist, bzw. nur eine ganz leise kleine Rolle spielt. Da hat das zentrale Ich die Aufgabe, diesen Anteil herein zu holen, ihn zuzulassen, ihm Raum zu geben. Der Übungssatz kann lauten: Du gehörst auch zu mir.

Im psychologischen Kontext liegt der Arbeitsfokus auf den einzelnen Anteilen. Es geht darum, sie kennen zu lernen, zu analysieren und mit ihnen zu arbeiten. Das ist sehr wichtig und kann und will die Meditation nicht ersetzen. Die professionelle psychologische Arbeit an und mit uns selbst bleibt uns nicht erspart. Wo dies ein geistlicher Weg versucht, ist er meines Erachtens ein Holzweg.

In der Meditation liegt der Fokus auf dem zentralen Ich - dem inneren Beobachter. Ich schaue nur zu, lasse geschehen, nehme die Angst wahr, nehme die Schuld wahr, meine Freude wahr, meine Liebe wahr – lasse diese wie vorbei ziehen und gehe innerlich zu dem Ich, das da zuschaut. Ich bin mit meinem Empfinden bei diesem Ich, in dem das alles seinen Platz hat. Ich bin bei meinem inneren zentralen Ich, beim inneren Beobachter, solange bis sich die tiefe Tragende Gegenwart Christi erschließt und sich mit meinem beobachtenden Ich verbindet. Dann lebe nicht mehr ich, sondern Christus - die Liebe, der Friede, die Freiheit - lebt in mir, wie Paulus sagt. Dabei machen sich tiefe Freiheitsempfindungen breit, weil ich unabhängig werde. Ich spüre immer mehr die alles, wirklich alles in sich schließende Wirklichkeit Christi – ja ich spüre sie nicht mehr nur, sondern werde eins mit ihr.

DIE ERFAHRUNG DER "ZELLE" ALS GEISTLICHER WEG. ANREGUNGEN AUS DEM FRÜHEN MÖNCHTUM.

Pater Fidelis Ruppert OSB

1. Kloster und Gefängnis. Historische und geistliche Zusammenhänge

Viele Gefängnisse sind in ehemaligen Klöstern untergebracht. Das ist kein Zufall. In Klöstern gibt es viele Einzelzellen, es gibt Gemeinschaftsräume, besondere Räume für Werkstätten, es gibt den Garten, und schließlich eine Klostermauer, die schützt und zusammenhält.

Aus Klosterzellen, aus Mönchszellen sind Gefängniszellen geworden, weil das einfach vom Baulichen her praktisch war. Und nur im Kloster und im Gefängnis werden Wohnräume als „Zelle“ bezeichnet.

Es gibt aber noch eine geistliche Beziehung zwischen Kloster und Gefängnis.

Von der Frühzeit des Mönchtums bis ins hohe Mittelalter hinein, haben die Mönche das Kloster u. a. auch als Gefängnis bezeichnet:

monasterium carcer – Das Kloster als Gefängnis

Das Kloster als Gefängnis, oder die Einsiedlerzelle als Gefängnis.¹

Nicht, weil man da gegen seinen Willen eingesperrt worden wäre, sondern weil man sich freiwillig an einen Ort bindet. Deshalb bezeichnete man das Kloster auch als „offenes Gefängnis“². Es ist ein Ort, wo man sich freiwillig einsperrt. Man legt sich auf einen Ort fest, um dort zu bleiben, um auszuhalten, um sich selber auszuhalten.

Antonius der Einsiedler, der erste uns namentlich bekannte Mönch, hat sich gegen Ende des 3. Jahrhunderts in der Ruine eines alten Kastells eingesperrt und zwar ganze 20 Jahre lang. Und die Einsiedler der ägyptischen Wüsten im 3. – 5. Jahrhundert haben nicht nur die Einsamkeit der Wüste gesucht, sondern haben sich in der Einsamkeit der Wüste auch noch auf die paar Quadratmeter ihrer Mönchszelle zurückgezogen.

„Setz dich in dein Kellion (Zelle) und das Kellion wird dich alles lehren“³,

so lautet eine bekannte Maxime des Abba Moses, der ursprünglich ein Räuberhauptmann war. Wenn man die Enge der Zelle aushält, wird man alles lernen, was man über sich wissen muss. Noch deutlicher wird ein anderer Mönchsvater in seiner Antwort für einen jungen Mönch, der es in seiner Zelle nicht mehr aushalten wollte:

„Geh, iss, trink, schlafe und arbeite nicht. Nur, verlasse nicht das Kellion!“
Denn er wusste, dass der Verbleib im Kellion den Mönch in seine Ordnung (taxis) bringt.⁴

Das ist eine interessante Bemerkung. Er solle ruhig essen und trinken (sie hatten natürlich nicht viel zu essen und zum Trinken nur Wasser!) und schlafen, wie es ihm passt, er braucht auch nicht zu arbeiten, nur solle er auf keinen Fall das Kellion, die Zelle verlassen. Eigentlich hatten diese Mönche strenge Fastenregeln und auch das

¹ Gregorio Penco, *Monasterium – Carcer*. Studia Monastica 8 (1966), S. 133-143.

² Ebd. S. 139.

³ *Apophthegmata Patrum I*, hrsg. Erich Schweitzer (Weisungen der Väter 14) Beuron 2012, S. 193 (Nr. 500).

⁴ Ebd. S. 33f (Nr. 49).

Schlafen sollte auf jeden Fall reduziert werden. Hier aber, an einer kritischen Stelle der inneren Entwicklung dieses jungen Mönches, ist es für ihn das Wichtigste, in der Zelle auszuhalten. Dieses In-der-Zelle-Bleiben wird den jungen Mönch „in seine Ordnung bringen“, wie es hier im Text ausdrücklich heißt.

Trotzdem ist das kein Automatismus. Es ist nicht egal, wie man in der Zelle sitzt, wenn dieses Sitzen einen Sinn haben soll: Abbas Ammonas sagte: „Da ist ein Mensch, der hundert Jahre im Kellion verbringt und nicht weiß, wie man im Kellion sitzen muss.“¹ Es muss gelernt sein, so in der Zelle zu sitzen, dass man wirklich „in die innere Ordnung kommt“.

„In die innere Ordnung kommen“ ist bei den Mönchen gleichbedeutend wie „in den inneren Frieden oder die Herzensruhe kommen“, die Hesychia: die innere Ruhe, aus der heraus sich das kontemplative Leben entfalten kann.

Das Gegenteil wäre die innere Unordnung oder „der Sturm der Gedanken“, wie es in der Lebensbeschreibung des Einsiedlers Antonius (Kap. 5) heißt. Dieser „Sturm der Gedanken“ ist ein Gemisch von Gedanken und Emotionen, von Ängsten und Sehnsüchten, die den armen Einsiedler in seiner Zelle umtreiben. Es ist ein seelisches Durcheinander und ein Chaos, vor dem man am liebsten davonlaufen möchte.

Johannes Cassian, ein Mönchsvater aus dem 5. Jahrhundert sagt, dass viele dann das Heil in der Flucht suchen und sich somit wie Fahnenflüchtige benehmen, statt sich dem inneren Kampf zu stellen (Instituta 10,3).

Jetzt gilt es also zunächst mal, in der Klausur zu bleiben, im begrenzten Terrain des Klosters oder der Zelle, um sich auf den inneren Kampf einzulassen.

Das ist bekanntermaßen nicht nur ein Thema für Mönche. Der Mathematiker und Philosoph Blaise Pascal soll im 17. Jahrhundert gesagt haben: „Das ganze Unglück der Menschen rührt allein daher, dass keiner mehr ruhig in seinem Zimmer bleiben kann.“

Man ist nicht mehr bei sich, man stellt sich seinen Problemen nicht, man flieht vor sich selbst – ein Thema auch noch im 17. Jahrhundert und heute natürlich auch, als Flucht in die Ablenkung, ins Genießen, in die Sucht oder in die Arbeit.

Wie nun dieser innere Kampf zu führen ist, davon wird gleich noch ausführlich zu sprechen sein. Jetzt soll erst noch das Gegenbild vom „Kloster als Gefängnis“, bzw. von der „Zelle als Gefängnis“ angeschaut werden.

Im Mittelalter wurde das Kloster auch als Paradies bezeichnet:

paradisus claustrī – Das Klosterparadies²

Manchmal sagen Leute zu uns Mönchen: „Ihr habt es schön im Kloster; ihr seid gut versorgt“. Na ja, so einfach ist das nicht mit dem Kloster als Paradies. Und es ist auch nicht so gemeint, als ob man es im Kloster eben schön hätte, ähnlich wie im Schlaraffenland. Und die Leute, die meinen, wir hätten es so schön im Kloster, wären nicht bereit, mit uns zu tauschen. Warum eigentlich?

Das Kloster als Paradies meint etwas anderes. Das Paradies der Bibel war geprägt von der Nähe Gottes zu den Menschen. Das Kloster soll ein besonderer Ort der Begegnung mit Gott sein, in der Stille von Gebet und Kontemplation – wie im Paradies. Der Weg der Reinigung des Herzens soll immer mehr dorthin führen. Dazu passt der andere Ausdruck:

¹ Ebd. S. 245 (Nr. 670).

² Jean Leclercq, *Paradisus claustrī*. The American Benedictine Review 11 (1960), S. 104-121.

cella caelum – die Zelle, das ist der Himmel.¹

Die Zelle ist der Ort des persönlichen Betens und Meditierens, ein besonderer Ort der Gottesbegegnung, ein paradiesischer, ein himmlischer Ort.

Frage: Wie passt nun der Ausdruck von Kloster oder Zelle als „Gefängnis“ zu Kloster oder Zelle als „Paradies“ und „Himmel“?

Es kommt darauf an, was man daraus macht: Ein mittelalterlicher Autor sagt, wenn ein Mönch nicht intensiv geistlich lebt,

„dann ist die Zelle für ihn nicht eine Zelle, sondern ein Eingesperrt-Sein und ein Gefängnis.“²

Ein anderer Autor sagt, hartherzige, verschlossene Mönche empfänden das Kloster als Gefängnis, aber für geistlich aufgeschlossene Mönche sei es ein Paradies geistlicher Freuden. Und Petrus von Celle, ein berühmter Autor aus der Zisterziensertradition sagt:

„Eine Zelle ohne Schriftlesung betrachte ich als eine Hölle ohne Trost...
als ein Gefängnis ohne Licht, als ein Grab ohne Lebensodem...
Die Zelle ist ambivalent, je nach der Lebensart der Zellenbewohner...
Den Fleischlichen ist sie ein Gefängnis, den Geistlichen ein Paradies.“³

Die hier erwähnte Schriftlesung meint eine betende Lesung der Heiligen Schrift, die den Glauben vertieft und dem geistlichen Leben Nahrung gibt. Sie ist aber auch in der inneren Auseinandersetzung mit den dunklen Mächten eine wirksame Waffe und eine Arznei. Der innere Kampf, der geistliche Kampf der Mönche geschieht zu einem entscheidenden Teil mit der Bibel in der Hand. Ohne das Wort Gottes ist die Zelle also eine Hölle, ein finsternes Verließ oder eine Grabkammer.

Vermutlich geht es bei den Bildern von Gefängnis und Paradies nicht um ein Entweder – Oder, sondern um Elemente eines inneren Entwicklungsweges. Gefängnis und Paradies bezeichnen die Ambivalenz, in der der Mönch ständig lebt. Das zeigt sich noch an einem anderen Wort der frühen Mönchsväter:

„Das Kellion (die Zelle) des Mönches ist der Ofen Babylons, wo die drei Jünglinge den Sohn Gottes fanden,
und die Wolkensäule, aus der Gott mit Moses redete.“⁴

Es sind zwei ambivalente Bilder. Das Bild vom Feuerofen deutet darauf hin, dass es in der Zelle heiß zugeht, dass sogar Lebensgefahr besteht, aber gerade mitten in den Flammen begegnen diese drei Jünglinge dem Engel, bzw. Gott selbst und sie bleiben unversehrt.⁵

Und die Wolkensäule erinnert daran, dass mitten auf dem Wüstenzug, in einer Zeit großer Prüfung und Entbehrung, Gott und Moses wie Freunde miteinander sprachen (vgl. Exodus 33,11). Es geht um Gottesbegegnung inmitten von Wüste und Feuerflammen.

¹ Vgl. Johannes Werner, Cella caelum. Über Zellen innerhalb und außerhalb des Klosters. Erbe und Auftrag 72 (1996), S. 275-279.

² Penco, a.a.O. S. 137.

³ Ebd. S. 137f.

⁴ Apophthegmata Patrum II, hrsg. Erich Schweitzer (Weisungen der Väter 15) Beuron 2011, S. 112 (Nr. 1206).

⁵ Vgl. die entsprechenden Erläuterungen von Petrus Damiani in: Thomas Merton, Im Einklang mit sich und der Welt. Zürich 1992, S. 176.

Wenn einer auf dem geistlichen Weg genügend Fortschritte gemacht und Gott gefunden hat, wird er es mühelos in der Zelle aushalten können, „auch wenn man dein Kellion mit Würmern gefüllt hätte, dass du bis zum Hals in ihnen versunken wärest“¹. Es liegt an der inneren Erfahrung, ob die Zelle als ein Ort des Schreckens oder des Friedens erfahren wird.

2. Der geistliche Kampf

Wie sieht nun dieser Kampf, dieser „geistliche Kampf“ aus, der in der Einsamkeit der Wüste bzw. in der Enge der Zelle gefochten werden soll?²

Es ist immer ein innerer Kampf, der allerdings auch viel mit dem Äußeren zu tun hat, mit den äußeren Verhältnissen. Im Jakobusbrief 4,1 heißt es: „Woher kommen die Kriege bei euch, woher die Streitigkeiten? Doch nur vom Kampf der Leidenschaften in eurem Innern.“ Der äußere Streit ist eine Folge von innerem Widerstreit und Zwie-tracht. Wenn der innere Kampf gut gekämpft wird, wirkt sich das auch positiv auf die äußeren Verhältnisse aus. Dazu sagt Johannes Cassian: „Wir brauchen nicht den Gegner von außen zu fürchten. In uns selbst ist der Feind eingeschlossen. Ein innerer Krieg wird täglich geführt. Ist dieser ausgekämpft, so wird alles, was sich außerhalb findet, schwach und dem Streiter Christi vollständig unterworfen sein. Wir werden den Gegner von außen nicht zu fürchten haben, wenn alles, was in uns ist, sich besiegt dem Geist unterwirft.“³

Und dieser innere Kampf ist in erster Linie ein Kampf mit dem „Sturm der Gedanken“, mit dem inneren Chaos.

Dazu gibt es einen berühmten Fachmann, Evagrius Ponticus. Er war ein Mönch in der ägyptischen Wüste im 4. Jahrhundert. Er war theologisch und philosophisch gebildet, hat die geistlichen Erfahrungen der Wüstenmönche systematisiert und in vielen Schriften dargestellt.

Hier einer der Grundtexte, wo er über den Umgang mit den Gedanken spricht.

„Gedanken“ meinen in der Sprache der Mönche nicht das normale logische Denken, sondern Gedanken, die emotions- und energiegeladen sind, also alles, was uns gedanklich und emotional umtreibt:

„Ob diese Gedanken die Seele belästigen oder nicht belästigen, hängt nicht von uns ab. Ob sie jedoch (in uns) verweilen oder nicht verweilen, Leidenschaften anregen oder nicht anregen, das hängt von uns ab.“

Dass uns innerlich so allerhand belästigt und quält, ist normal. Das ist so bei uns Menschen. Entscheidend ist, wie wir damit umgehen, ob wir diese „Gedanken“ gerne beherbergen, pflegen und füttern. Wenn wir das tun, brauchen wir uns nicht wundern, dass sie in uns Leidenschaften und Verhaltensweisen entfachen, denen wir nicht mehr gewachsen sind.

„Das hängt von uns ab.“ Dieses Wort weist auf ein positives Menschenbild hin: Der Mensch kann, wenn er will. Es gibt Möglichkeiten, man muss sie kennen oder eben erlernen.

Es wäre nun interessant, das ganze System des Evagrius Ponticus kennenzulernen, nämlich das System der 8 Gedankenkategorien, aus denen später das Schema der

¹ Apophthegmata Patrum II, S. 109 (Nr. 1196).

² Zu den folgenden Ausführungen vgl. Fidelis Ruppert, Geistlich kämpfen lernen. Benediktinische Lebenskunst für den Alltag. Münsterschwarzach 2012, bes. S. 50 – 96. Dort finden sich auch die entsprechenden Literaturangaben.

³ Instituta 5,21. Zitiert bei Gerd Summa, Von der Wüste zur klösterlichen Zelle. In: Das Schauen Gottes wiedererlangen. Hrsg. Linus Eibicht u. a. (Weisungen der Väter 21) Beuron 2012, S. 173.

sog. 7 Hauptsünden oder Todsünden entstanden ist, aber das würde uns jetzt zu weit führen. Ich möchte mich hier auf einige konkrete Formen des Umgangs mit diesen lästigen Gedanken konzentrieren.

Der Türhüter

In einem Brief rät Evagrius:

„Sei ein Türhüter deines Herzens und lass keinen Gedanken ohne Befragung herein. Befrage jeden Gedanken und sprich zu ihm: „Bist du einer der unseren oder einer unserer Gegner?“ (Jos 5,13) Und wenn er zum Hause gehört, wird er dich mit Frieden erfüllen.

Wenn er aber des Feindes ist, wird er dich durch Zorn verwirren oder durch Begierde erregen.“ (Evagrius, Briefe aus der Wüste, Brief 11).

Offenbar war es schon in der ägyptischen Wüste ein Problem, dass einer zuviel Ungutes an sich heran und in sich hinein gelassen hat. Erst recht gilt das für unsere heutige Mediengesellschaft mit ihrer Informations- und Reizüberflutung.

Wie viel Gutes lassen wir herein, das uns Frieden bringt?

Wie viel Ungutes lassen wir herein, das uns beunruhigt, belästigt, stimuliert....

Was wir herein lassen, das ist drinnen und wirkt sich dort aus, sei es gut, sei es schlecht.

Es liegt zu einem guten Teil an uns selbst, den Eingang zu hüten und den Informationsfluss zu kontrollieren oder – um es mit Jesus zu sagen – die guten und die schlechten Fische auseinander zu sortieren (vgl. Mt 13,48).

Zunächst die Frage nach den guten Fischen: Wie oft wird mein Türhüter zum Türöffner, der guten Worten und Bildern die Türe öffnet? Die frühen Mönche waren von der Bibel fasziniert. Sie haben sie gelesen, meditiert und sie sogar auswendig gelernt, um ihre Texte bei Tag und bei Nacht parat zu haben. Die Texte, die Bilder, die Geschichten der Bibel haben ihre Seele bevölkert. Und im Maß wie das geschah, war für negative Gedanken und Bilder immer weniger Raum vorhanden. Es genügt nicht, nur das Negative fernzuhalten. Die Seele braucht Nahrung, sie braucht etwas, womit sie sich beschäftigen kann.

Für unsere heutige Situation brauchen wir bei diesem Thema nicht nur an die Bibel denken. Es gibt auch viel anderes, was wir im guten Sinn in uns hineinnehmen können. Gerade durch die modernen Medien können wir ja an wunderbare Bilder, Filme, Bücher und Ideen aller Art kommen, die uns tief berühren und im besten Sinn des Wortes in Wallung bringen. Der Türöffner wäre also zunächst das Wichtigste, Herz und Sinne für Gutes öffnen, das unser Herz anrühren kann.

Und dann ist der Türhüter wichtig, der aufpasst, dass nicht zu viel Müll hereinkommt. Die Frage nach dem Medienkonsum gehört heute zu den wichtigsten Formen der Askese. Wie lerne ich aber, die Überfülle von Impulsen zu unterscheiden und sie in rechter Weise annehmen oder ablehnen zu können? Die Psychologie spricht in diesem Sinn von Impulskontrolle. Hier wäre ein weites Lernfeld.

Wehre den Anfängen

Die frühen Mönche hatten sich auch schon intensiv mit dieser Frage befasst.

Einfach ist es nicht, mit all den Impulsen, die von außen auf uns einströmen und auch mit denen, die sich ständig von innen her bemerkbar machen, in rechter Weise umzugehen. Auch der Apostel Paulus hat schon darunter gelitten: „Ich begreife mein Handeln nicht: Ich tue nicht das, was ich will, sondern das, was ich hasse....das Wol-

len ist bei mir vorhanden, aber ich vermag das Gute nicht zu verwirklichen. Denn ich tue nicht das Gute, das ich will, sondern das Böse, das ich nicht will.... Ich unglücklicher Mensch!" (Römer 7,15.18f.24).

Irgendwie kommt uns das wohl bekannt vor. Impulse von außen oder von innen können uns blitzschnell in Beschlag nehmen, ehe wir uns gegen sie wehren können. Wie damit umgehen?

Die frühen Mönche kannten das auch. Deshalb sagten sie, es sei wichtig, die Wachsamkeit des Herzens zu entwickeln. Bildlich gesprochen könnte man sagen, der Torwächter muss wachsam sein und den Feind rechtzeitig bemerken, bevor dieser unversehens durch das Tor geschlüpft ist. Wachsamkeit des Herzens meinte, wach und aufmerksam zu sein für das, was im Herzen vor sich geht, um rechtzeitig reagieren zu können, bevor ein Gedanke oder ein Gefühl uns überwältigen kann.

Die Mönche sagen deshalb, man solle auf die noch „kleinen Gedanken“ und Gefühle achten und sich entsprechend verhalten, bevor sie zu mächtig geworden sind und uns dominieren. Wehre den Anfängen!

Dorotheus von Gaza, ein Mönch aus dem 6. Jahrhundert, gibt dazu eine ganz konkrete Übungsanweisung: Er geht davon aus, dass es sehr schwierig ist, mit heftigen Gedanken und Gefühlen rechtzeitig und vernünftig umzugehen. Deshalb solle man mit kleinen, ungefährlichen Gedanken und Impulsen anfangen. Wenn ein Mönch z.B. unterwegs ist und sieht, dass zwei andere sich unterhalten, und er hat den Impuls „Geh hin und schau, worüber die reden“, dann soll er diesen Gedanken „abschneiden“, also loslassen und einfach weitergehen. Oder wenn der Mönch an der Küche vorbeigeht und sich denkt: „Ich frag mal den Koch, was es heute zu essen gibt“, dann soll er diesen Gedanken „abschneiden“, loslassen und einfach weitergehen. Dorotheus bringt eine ganze Reihe solcher Beispiele, die geradezu lustig wirken und sagt dann: Wenn man lernt, in solch kleinen Dingen die inneren Impulse rechtzeitig zu bemerken und sie loszulassen, dann würde sich allmählich eine innere Fertigkeit entwickeln, auch heftige innere Impulse rechtzeitig zu bemerken und zu reagieren, bevor es zu spät ist. Also: An „kleinen Gedanken“, in harmlosen Situationen mit dem Üben beginnen, um in etwas spielerischer Weise die innere Impulskontrolle einzüben. Wehre den Anfängen!

Es kann auch noch eine sprachliche Beobachtung hilfreich sein: Die frühen Mönche sprechen mal von (bösen) *Gedanken* und mal von *Dämonen*, und meinen damit dasselbe. Gute Gedanken werden von Engeln, böse Gedanken werden von Dämonen eingegeben. Deshalb können die Mönche sowohl vom *Gedanken des Zorns* sprechen, oder aber vom *Dämon des Zorns*. Wenn man den *Gedanken* des Zorn als *Dämon* bezeichnet, kann das – unter therapeutischem Aspekt – hilfreich sein, weil damit das heftige Gefühl des Zornes personifiziert und objektiviert wird. Das hilft dann, sich nicht zu sehr mit dem Gefühl zu identifizieren, sondern es imaginativ nach außen zu setzen, um sich besser mit ihm auseinanderzusetzen zu können. Oder man kann auch mal in Nachahmung Jesu heftig und entschieden zum Bösen sagen: Weg mit dir, Satan! Eine Methode, die ebenfalls von den Mönchen in manchen Fällen empfohlen wird.

Die antirrhethische Methode

Wie gehe ich nun aber mit den Gedanken und Gefühlen um, die mich belästigen, belasten und oft auch zum Bösen führen? Ein wichtiges Heilmittel dafür ist die sog. antirrhethische Methode der Wüstenmönche, die uns vor allem der schon erwähnte Evagrius Ponticus überliefert hat.

Antirrhethische Methode = Methode der Widerrede oder Gegenrede.

Gemeint ist, dass man einem inneren Problem ein Bibelwort entgegensetzt, das als Antwort auf dieses Problem gelten kann oder wenigstens die Richtung für eine Lösung anzeigt. Es geht um ein Wort, das in dieser lästigen oder belastenden Situation heilsam, ein Heilmittel sein kann.

Evagrius hat in seinem Buch „Antirrhethikos = Das Buch von der Widerrede“ für alle nur denkbaren Probleme nahezu 500 Bibelworte zusammengestellt, die man bedrängenden Gedanken und Emotionen entgegenstellen kann.

Ein erstes Beispiel:

Wenn ein Mensch sich in großer Not befindet und nicht weiß, wie es weitergehen soll, dann soll er Psalm 23,1 sagen: "Der Herr ist mein Hirt, nichts wird mir fehlen!" Dieses Wort soll der Mönch als Wiederholungswort mit sich nehmen. In einem Spruch der Wüstenväter heißt es einmal, man solle solch ein Wort so oft wiederholen, es gleichsam wiederkauen – die Kühe und Schafe gelten hier als Vorbild – bis dieses Wort in Fleisch und Blut übergegangen ist; d.h. bis es von innen her zum Tragen kommt. Ich habe schon öfters Leute kennen gelernt, die diesen Psalmvers als Konfirmationsspruch bekommen hatten und die dann bestätigten, dass dieses Wort sie in vielen schwierigen Situationen getragen hat. Das Wort hat nicht das konkrete Problem gelöst, sondern eine neue Perspektive, die Perspektive von Glauben und Gottvertrauen eröffnet, wodurch sich eine neue Möglichkeit der Bewältigung ergab.

Weitere Beispiele sind:

Psalm 55,23: „Wirf deine Last auf den Herrn, er wird für dich sorgen.“

Seine Sorgen Gott überantworten dürfen, wenn man selber nicht mehr zurechtkommt.

Oder: wenn einen die Sünden der Jugend und die Probleme der Vergangenheit quälen: 2Kor 5,17: "Wer in Christus ist, ist eine neue Schöpfung. Das Alte ist vergangen, Neues ist geworden." Ein wunderbares Wort. Ich darf neu werden. Ich muss nicht am Alten hängen. Die Neuheit in Christus darf mich prägen.

Wie gesagt: Es geht darum, solch ein Wort nicht nur zu glauben oder sich darüber Gedanken zu machen. Es geht darum, dieses Wort mit sich zu nehmen, es sich immer wieder zu sagen, bis es in Fleisch und Blut übergeht.

Was wir wiederholen, das prägt uns. (Propaganda und Reklame nützen dieses psychologische Prinzip sehr erfolgreich, aber es ist auch in den geistlichen Traditionen ein wichtiges Prinzip geistlicher Einübung.)

Die negativen Gedanken und Gefühle, die uns belasten und belästigen, haben ja auch nur deshalb solch eine Kraft, weil wir sie oft und oft wiederholt und sie sich deshalb tief in unsere Seele eingegraben haben. Jetzt geht es darum, das entsprechende Heilmittel anzusetzen: ein Bibelwort, das Heilung bringen kann, immer wieder zu aktivieren und es wie in einer Langzeittherapie immer wieder anzuwenden.

Dabei geht es nicht darum, das negative, belastende Gefühl zu verdrängen, sondern das positive, heilende Wort – das Bibelwort als Medizin – einfach dazu zu setzen und sich auf das positive Wort zu konzentrieren. Das negative wird dann von selbst schwächer werden. „Nicht das Laster bekämpfen – die Alternative leben!“, wie ein bekannter Spruch lautet.

Manchmal kann sich dadurch das Problem auflösen – z.B. bei einer unnötigen Angst –, oder aber ich komme durch das vertrauensvolle Bibelwort in eine innere Ruhe,

finde Abstand von diesem Problem, und kann aus diesem ruhigen Abstand heraus das Thema gelassen angehen, ohne dass es mich gleich überwältigt.

Die meisten der empfohlenen Bibelworte sind Vertrauensworte. Sie erinnern den Mönch an die Nähe und Hilfe Gottes. Sie wollen zu einem tieferen Glaubensakt, zu größerem Gottvertrauen verhelfen, um von dort aus die Ruhe und die Kraft zu finden, sich den Problemen stellen zu können – eben mit Gottes Hilfe.

Deshalb muss man sich auch nicht für jedes Problem ein eigenes Bibelwort suchen. Ein Vertrauenswort, mit dem man besonders gut verwachsen ist, kann in verschiedensten Situationen hilfreich sein. So ist wohl auch der Konfirmationsspruch gemeint.

Ich möchte die eben dargelegte antirrhetische Methode noch an einigen bildlichen Darstellungen erläutern:

Bei vielen Bildern im Stuttgarter Psalter ist dieser innere Vorgang eindrucksvoll dargestellt. Ich möchte hier auf zwei eingehen: Im Psalm 42/43 – im Münsterschwarzacher Psalter bilden die beiden Psalmen einen einzigen Psalm – geht es um eine Klage, in die mehrmals wie ein Refrain eingefügt ist: „Was bist du so betrübt, meine Seele, und was tobst du in mir? Harre auf Gott! Ich werde ihn wieder preisen.“ Dann geht das Klagen weiter, bis dann wieder der tröstende Refrain kommt und dann wieder das Klagen weitergeht. In der eingefügten Buchmalerei sieht man die weinende Seele auf einem kleinen Hügel sitzen, gegenüber steht ein Mann, der Musik macht und die Seele offensichtlich aufmuntern will. Wahrscheinlich sind hier nicht zwei Personen gemeint. Man könnte sich denken, dass diese Illustration als Seelenbild gemeint ist, in dem diese beiden Gestalten leben. Es sind die beiden Stimmen im Herzen, die eine die klagt und weint, und die andere, die Vertrauen und Hoffnung hat. Beides ist oft gleichzeitig in unserer Seele. Die Frage ist nur, welcher Stimme wir den Vorrang geben, damit sie sich durchsetzen kann. In der gläubigen Seele kann trotz Klage und Schmerz auch Gottvertrauen anwesend sein, als eine Hoffnung, die wachsen und sich durchsetzen kann.

Zu Psalm 13 gibt es eine Illustration, auf der ein Reiter in vollem Galopp und mit wurfbereiter Lanze auf einen Menschen losstürmt, der seelenruhig dasteht und mit erhobenen Händen betet. Das ist ein völlig unrealistisches Bild. Auch ein frommer Beter würde sich wohl schnell wegducken, damit ihn die Lanze nicht trifft. Das ist wohl auch als Seelenbild gemeint, nicht als Beschreibung einer äußeren Situation. Die innere Attacke, die tobt und verletzen möchte, ist dort nicht allein. Es gibt dort drinnen auch das Gebet, das Gebetswort. Je mehr das Gebetswort an Kraft gewinnt, desto weniger Platz und Kraft hat die innere Aggression. Ich habe die Möglichkeit, mich ruhig auf das Gebetswort einzulassen, bis sich die innere Aggression abmildert oder kreativ bewältigen lässt.

In diesem Zusammenhang kann man sich auch an die Versuchung des Antonius auf dem Isenheimer Altar erinnern. Matthias Grünewald hat all die scheußlichen Tiere gemalt, die den armen Antonius bedrängen. Aber oben in der linken Ecke thront die Herrlichkeit Gottes. Der Kampf tobt, aber Antonius ist nicht allein.

Man kann auch das als ein Seelenbild verstehen, als eine Beschreibung einer inneren Situation mit der Botschaft: wenn der Kampf auch noch so heiß ist, Gott ist immer dabei.

Das Bedrohliche und das Helfend-Göttliche sind immer gleichzeitig in mir. Wohin wende ich mich? Wohin nehme ich meine Zuflucht? Ich habe die Möglichkeit der Wahl, bzw. muss lernen, die rechte Wahl zu treffen, die mich auf dem Weg gut wei-

terführt. Es ist gut, solche Bilder zu kennen, zu meditieren und mit sich zu nehmen, weil sie das Gottvertrauen entfalten und vertiefen können, indem sie immer und immer wieder aktiviert werden.

Nochmals: das ist keine billige Methode, um Probleme auf dem kurzen Weg zu lösen. Es geht darum, sich mit solchen Bildern und Texten auf einen Prozess einzulassen, in immer neuen Wiederholungen, damit allmählich Glauben und Vertrauen wachsen und allmählich Heilung geschehen kann.

Noch ein weiterer Aspekt soll hier kurz angeschaut werden:

Singen als Waffe

Evagrius sagt im Antirrhethikos:

Für die Seele, die vor Trauer fällt und deswegen von nächtlichen Gesichtern erschreckt wird: Richter 5,12:

„Auf, auf, Debora! Auf, auf! Singe dein Lied!“

Da fällt eine Seele in Traurigkeit und Mutlosigkeit und wird deshalb auch noch von Albträumen geplagt. Dafür wird als Heilmittel ein Vers aus dem Debora-Lied empfohlen, einem Siegeslied nach einem Kampf gegen einen übermächtigen Feind: „Auf, auf, Debora! Auf, auf! Singe dein Lied!“

Singen gilt bei den Mönchen als wichtiges Hilfsmittel im geistlichen Kampf.

Die Mönche haben die Psalmen – ihr wichtigstes, meist einziges Gebetbuch – nicht gelesen, auch nicht rezitiert, sondern gesungen. Und sie sagen, Singen sei ein Heilmittel gegen Traurigkeit, gegen Mutlosigkeit und ebenso würde Singen auch den Zorn besänftigen. Die psychosomatische Wirkung des Singens ist bekannt, ich muss dazu nichts weiter sagen. Ich bringe nur ein Zitat von Martin Luther:

„Darumb, wenn Ihr traurig seid, und will überhand nehmen, so sprecht: Auf! ich muß unserm Herrn Christo ein Lied schlagen auf dem Regal ... denn die Schrift lehret mich, er höre gern fröhlichen Gesang und Saitenspiel ... Kommet der Teufel wieder und gibt Euch ein Sorge oder traurige Gedanken ein, so wehret Euch frisch und sprecht: Aus, Teufel, ich muß itzt meinem Herrn Christo singen und spielen.“

Der Leib als geistliches Werkzeug¹

Das Singen erinnert auch daran, dass überhaupt der Körper beim Beten mit einbezogen wird. Das private Psalmengebet wurde immer wieder durch körperliche Gesten unterbrochen, etwa durch Methanien, bei denen der Mönch in Demut und Anbetung zu Boden geht und dann wieder aufrecht stehend mit erhobenen Händen betet, um sich nach Gott hin auszustrecken, was oft auch als eine Geste der Auferstehung verstanden wird.

Die Mönche hatten nicht viel Bewegung. Sie waren meist in der Zelle. Aber beim Beten kam der Körper oft intensiv in Bewegung, mit Niederfallen und Aufstehen, und selbst das Gebet beim Körbe- oder Mattenflechten wurde oft durch diese intensiven Gebetsgesten unterbrochen. Das ist zweifellos ein gesunder Ausgleich zu dem vielen Sitzen. Aber es ist mehr als das. Heute ist es z.B. oft üblich, bei Exerzitien oder anderen geistlichen Kursen, bestimmte Einheiten mit Eutonie oder Yoga einzufügen, um die innere Wachheit und Sensibilität zu fördern. Bei den Mönchen geht es noch um etwas anderes: Die körperlichen Gesten beim Beten sind nicht für körperlich-seelische Fitness gemeint, Gebet und körperliche Übungen laufen nicht nebeneinander her, sondern Gebet und Körper gehen zusammen, der Körper betet mit, wenn

¹ Vgl. zu diesem Thema Fidelis Ruppert a.a.O., S. 97-121. Dort auch entsprechende Literaturangaben.

der Mönch sich beim Niederfallen in Demut und Anbetung seinem Gott ausliefert und sich dann mit erhobenen Händen zu Ihm hin ausstreckt, wie ein auferstandener, erlöster Mensch.

Und wenn man das immer wieder tut – man muss das mal eine halbe Stunde lang ausprobieren! – dann merkt man allmählich, dass nicht nur das Hirn mit Worten betet, oder das Herz mitschwingt, sondern der ganze Leib zu beten anfängt. „Mein Herz und mein Fleisch – sie jauchzen hin zu Gott dem Lebendigen.“ (Ps 84.3) Die Bibel kennt viele Ausdrücke dieser Art. Hier wird das Beten im ganzen Leib verankert, und der ganze Mensch hat jetzt die Chance, dadurch geprägt und verwandelt zu werden. Dazu noch ein Zitat aus der neueren Literatur: C.S. Lewis, der berühmte englische Schriftsteller aus dem letzten Jahrhundert, hat ein für unseren Zusammenhang lesenswertes Büchlein geschrieben: „Dienstanweisung für einen Unterteufel.“ In seiner tief sinnig-humorvollen Weise lässt er den alten Teufel zu einem jungen sagen, den er in die Verführung der Menschen einführen soll, er müsse darauf achten, dass der Mensch, auf den er angesetzt wird, auf keinen Fall mit dem Körper betet. Er soll ihm einreden, dass die körperliche Haltung für das Beten unwichtig sei, denn Beten sei ein rein geistiger Akt ist und es genüge, „in seinem Innern eine verschwommene, andachtsvolle Stimmung hervorzubringen.“ Denn wenn der Mensch anfängt, sich beim Beten auf die Knie zu werfen, dann würde Gott ihn mit Gnaden überschütten. Und das müsse unbedingt vermieden werden. Spöttisch fügt der alte Teufel noch hinzu, die Menschen meinen, der Teufel würde ihnen immer nur Böses einflößen. In Wirklichkeit rührten seine wichtigsten Erfolge daher, den Menschen Wichtiges vorzu-enthalten.

Hiermit möchte ich die Erläuterungen zum geistlichen Kampf beenden. Es konnten nur einige Hinweise aus der Fülle des Materials sein.

Abschließend möchte ich noch einen Text zitieren, der an den Anfang unseres Themas zurückführt:

In Rom war eine Jungfrau, die sehr streng lebte, niemals ausging und niemand zu sich herein ließ. Einem berühmten Vater gelang es schließlich, nach drei Tagen Wartezeit, mit ihr zu sprechen. Er fragte sie:

„Was bleibst du hier sitzen?“

Sie antwortete: „Ich sitze nicht, ich gehe.“

Und er: „Wohin gehst du?“

Sie sagte: „Zu Gott.“¹

Also:

Sitzen in der Zelle als geistlicher Weg.

Sitzen als Gehen.

¹ Palladius, *Historia Lausiaca*. Übers. Jacques Laager. Zürich 1987. S. 195f (Kap. 37).

WARUM DIE FRANZISKANERINNEN DAS PROJEKT „KLOSTER IM GEFÄNGNIS“ MITTRAGEN?!

Sr. M. Regina Waibel OSF

Sehr geehrte Frau von Schneider Holl,
liebe Frau Büttner, liebe Schwester Sabine,
sehr geehrte Damen und Herren,

Warum wir Franziskanerinnen das Projekt „Kloster im Gefängnis“ mittragen?
Diese Überschrift gab uns Frau Büttner für dieses Statement.
Zuerst möchte ich Ihnen kurz unsere Gemeinschaft vorstellen,
als zweites, wie unsere Kontakte „gewachsen“ sind – im wahrsten Sinne des Wortes,
und als drittes unsere Beweggründe erläutern, dieses Projekt mitzutragen.

Unsere Gemeinschaft

wurde 1902 hier in Schwäbisch Gmünd gegründet.

Fünf junge Frauen aus dem 3. Orden des hl. Franziskus taten sich zusammen mit der
Arztwitwe Frau Agnes Philippine Walter.

Unter der geistlichen Führung von Pfarrer Konrad Kirchner begannen sie ihr gemein-
sames Leben. Ihr Ziel war, nach dem Vorbild des hl. Franziskus von Assisi radikal das
Evangelium zu leben und ewige Anbetung zu halten.

Nach ca. 20 Jahren öffnete sich die Gemeinschaft caritativen Aufgaben und über-
nahm die Erziehung und Bildung von Kindern und Jugendlichen, in der ebenfalls von
Pfarrer Kirchner gegründeten Kommunikantenanstalt. Diese entwickelte sich weiter
zu einem Kinderheim mit Schule; in der Zeit nach dem 2. Weltkrieg zu einer Ju-
gendhilfeeinrichtung mit Schule für Erziehungshilfe.

Die äußeren Bedingungen und die Gemeinschaft haben sich im Laufe der Jahre gra-
vierend verändert.

In den 90er Jahren standen wir vor der Entscheidung, wie führen wir die Einrichtun-
gen und unser Kloster weiter, damit beide Zukunft haben.

Wir entschieden uns, für die Jugendhilfeeinrichtungen und Schule eine gGmbH zu
gründen. Nach der finanziellen und personellen Trennung von Kloster und Einrich-
tung war auch eine räumliche Trennung notwendig.

Vor der Jahrhundertwende bauten wir ein neues Kloster am südlichen Stadtrand.

Nach dem Einzug im Jahr 2000 in unser neues Kloster rückten unser geistliches Le-
ben und die Anbetung wieder stärker in den Mittelpunkt. In einem kleinen Gästehaus
wollen wir Menschen einen Raum der Stille, der Einkehr und der Begegnung ermögli-
chen.

In einer Versammlung aller Schwestern im Jahr 2007 entschieden wir uns, unseren
Auftrag als Franziskanerinnen, unter den Menschen zu sein, neu aufzugreifen.

Wir wollten nicht Stillstand, sondern Bewegung und ließen uns ein auf neue Projekte:
Präsenz in Ulm,

in Winnenden dem Ort von Gewalt und Schmerz,
bei den Drogenabhängigen im Limit in Schwäbisch Gmünd
und im Frauengefängnis Gotteszell.

Damit ist bereits der 2. Punkt angesprochen,

wie es zu unseren Kontakten nach Gotteszell kam und wie diese „gewachsen“ sind.

Zur Zeit unserer Tätigkeit in der Jugendhilfe bestanden unsere Kontakte zu Gotteszell vereinzelt über die Kinder, die wir betreuten und deren Mütter hier einsaßen.

Aus unserer Klosterchronik wissen wir, dass bereits der Nachfolger von unserem Gründer, Pfarrer Ludwig Zimmer, sowohl Seelsorger für unsere Schwesterngemeinschaft, als auch

Seelsorger im Frauengefängnis Gotteszell war.

Bei der eben erwähnten Versammlung der Gemeinschaft 2007 ging es darum, Weichen für die Zukunft zu stellen.

Neben Schritten, die unser geistliches und gemeinschaftliches Leben betrafen, wurden auch konkrete Projekte geplant, wie Präsenz einer kleinen Schwesterngruppe außerhalb des Klosters mitten unter den Menschen,

sowie ehrenamtliche Mitarbeit bei Menschen am Rande der Gesellschaft, konkret hier bei den Frauen in Gotteszell.

Mit dieser Idee nahmen wir Kontakt mit den Seelsorgerinnen in Gotteszell auf. Wir stießen bei ihnen auf offene Ohren und Herzen. Hinzu kam, dass sich Gotteszell auf das Gedenken des 200 jährigen Bestehens im Jahr 2009 vorbereitete.

Gemeinsam überlegten wir Kontaktmöglichkeiten zwischen den beiden „Klöstern“:

Teilnahme von Schwestern bei der Adventsfeier der Frauen aus der U-Haft. Frau Büttner hatte uns dazu eingeladen. So kamen wir mit den Frauen direkt ins Gespräch.

Frau von Schneider-Holl bot uns eine Führung durch Gotteszell an, die eine größere Schwesterngruppe sehr gerne wahrgenommen hat.

Die Eindrücke und Erfahrungen, die Informationen, die wir dabei bekamen, machten uns sehr betroffen.

Innerhalb unserer Gemeinschaft kam ein Gesprächsprozess in Gang über diesen „Anders-Ort“ Gotteszell.

Wir suchten die **Gemeinsamkeiten** zwischen unserem Kloster und Gotteszell, z.B.

- In beiden Klöstern leben Frauen, die eine feste Tagesstruktur haben.
- Es leben verschiedene Altersstufen zusammen.
- Die Frauen haben sich nicht ausgesucht, auch wir haben uns nicht ausgesucht...

Es gibt aber auch **Unterschiede**:

- wir haben das Kloster als Lebensort frei gewählt, die Frauen in Gotteszell nicht,
- wir haben einen Hausschlüssel, sie nicht.
- Sie haben Gitter vor den Fenstern, wir nicht...

In diesen Gesprächen innerhalb unserer Gemeinschaft wurde uns klar, dieser Anders-Ort hat uns etwas zu sagen:

- Wenn wir in diesen schwierigen Verhältnissen gelebt hätten, wären wir wohl heute nicht im Kloster.
- Wir alle werden in unserem Leben schuldig und müssen damit umgehen.
- Wir erkannten, dass sowohl die Frauen in Gotteszell als auch wir mit inneren Abhängigkeiten, Unfreiheiten, inneren Gefängnissen zu kämpfen haben.

Diese Selbsterkenntnis hilft uns, den Frauen auf Augenhöhe begegnen.

Im Jahr 2009 – im Rahmen des Gedenkens 200 Jahre JVA Schwäbisch Gmünd – fand die erste Klosterwoche statt. Frau Büttner stellte uns dieses Projekt vor und stieß bei uns auf großes Interesse.

Unsere Beteiligung bestand darin, dass wir dieses Projekt

- täglich mit unserem Gebet begleiteten
- einige Schwestern feierten jeden Tag das Abendlob mit den Frauen in der Gefängnis-Kirche
- am ersten und am letzten Abend war nach dem Abendlob eine Begegnung mit den Frauen, bzw. ein gemeinsames Abendessen
- zweimal war es möglich, das Abendlob zusammen mit unserer Schwesterngemeinschaft in unserer Klosterkirche zu feiern und danach mit den Frauen ins Gespräch zu kommen.

Das war eine sehr bewegende Erfahrung, sowohl für die Frauen, als auch für uns Schwestern. Es ist keineswegs nur ein Geben von unserer Seite, wir erfahren viel Vertrauen von den Frauen.

Was bewegt uns, trotz des Kleiner- und Älterwerdens unserer Gemeinschaft, dieses Projekt „Kloster im Gefängnis“ mitzutragen?

Letztlich ist es das Wort Jesu:

Ich war im Gefängnis und ihr seid zu mir gekommen... Was ihr einem meiner Brüder/Schwestern getan habt, das habt ihr mir getan. (Matthäus 25).

Wenn wir als Franziskanerinnen das Evangelium zu leben versuchen, dann sind diese Worte Jesu für uns Auftrag.

Franziskus selbst hat nach dem Beispiel Jesu gehandelt und ging zu den Aussätzigen, außerhalb der Stadt Assisi. Er überwand seine Abneigung, seinen Ekel und umarmte den Aussätzigen. In ihnen begegnete er Christus. Diese Begegnung war prägend für sein Leben.

Die Aussätzigen waren die Ausgegrenzten damals zur Zeit des Franziskus.

Heute sind es die Drogenabhängigen, die Asylanten, die Wohnsitzlosen, ... viele könnte ich aufzählen...

auch die Frauen hier in Gotteszell.

Zum Schluss möchte ich auch im Namen meiner Mitschwestern, Ihnen, Frau von Schneider-Holl herzlich danken, für Ihre Offenheit und Ihr Vertrauen, das sie uns entgegenbringen und uns diese Aufgabe hier in Gotteszell ermöglichen.

Und ich möchte Ihnen, Frau Büttner, herzlich danken für das schwesterliche Miteinander in diesen fast fünf Jahren.

Herzlichen Dank für Ihre Aufmerksamkeit!

ERFAHRUNG UND ERKENNTNIS

Pfr. Dr. Tobias Müller-Monning

Seamos realistas: Hagamos lo imposible.

Ernesto Che Guevara

Einleitung

Liebe Schwestern und Brüder, sehr geehrte Damen und Herren,

Wir befinden uns in einem Prozess der Transformation gesellschaftlicher und damit auch kirchlicher Wirklichkeiten. Dieser Prozess verläuft aufgrund technologischer und politischer Prozesse mit großer Geschwindigkeit. In diesen Prozessen bekommt die Frage nach Freiheit und Autonomie in Zwangskontexten eine immer größere Bedeutung. Nicht nur im Gefängnis auch außerhalb der Mauern gibt es Arten von Gefangenschaft, in denen Menschen auf Erlösung warten: Hunger und Elend, gewalttätige Gesellschaftstrukturen, die auf Grund krimineller Ökonomien erzeugt werden, hinterlassen unzählige Opfer. Die allgegenwärtige Ökonomisierung sämtlicher sozialer Beziehungen vergrößert die Armut und führt die Sozialsysteme der Industrienationen an den Rand ihrer Belastung. Der enorme Verbrauch von Energie, der notwendig ist um die Geschwindigkeit und Beschleunigung entfesselter Warenströme aufrecht zu erhalten, bedingt „Land Grabbing“ und eine kriminelle Ausbeutung von Energieresourcen wie das „Fracking“.

Auswege aus einer Gesellschaftstruktur zu suchen, in der das Ökonomische die höchste Priorität hat, gelingt nur, wenn die spirituelle Kraft, die aus der Gottverbundenheit erwächst, erneut gesucht wird. Ich bin der festen Überzeugung, dass wir die Tiefe und Kraft, die sich in der mystischen Theologie und ihrer spirituellen Praxis zeigt, brauchen. Wir werden sie brauchen um einen Impuls zur gesellschaftlichen Veränderung aufzugreifen. Einen Impuls, einen Anstoß, einen Anfang, der die Kraft des Glaubens in eine Befreiung und ein Wiederfinden des Vertrauens in das Nicht-Wissen ermöglicht. Gott inkarniert sich im Elend der Anderen.

Von daher war die Peripherie gesellschaftlicher Wirklichkeit schon immer das Zentrum kirchlichen Handelns, das in gläubiger Tätigkeit seinen Ausdruck findet, deswegen sind wir auf der Suche nach Befreiung und der Suche nach Gott hier im Gefängnis am heutigen Tag am richtigen Ort.

Erfahrung und Erkenntnis bedingen einander

Wenn ich Sie nun einlade dem Zusammenhang von Erfahrung und Erkenntnis zu folgen, so tue ich dies auf Grund meiner eigenen Erfahrung, meines eigenen Weges, den ich vor gut einem Jahr in dieser Anstalt begonnen habe. Ich bin damals hier her gekommen, um in meiner Funktion als Gefängnisseelsorger und systemischer Organisationberater einer Idee mit in die Wirklichkeit zu verhelfen. Gleichsam von der Zukunft her zu denken. Es ging um die Entwicklung der „Abteilung Kloster“ der JVA Schwäbisch Gmünd. Aber auch die Tatsache, dass wir uns heute hier miteinander

treffen, ist eine Folge des damaligen Dialoges, aus dem die Idee dieses Symposiums entstand. Dass dies in unerwarteter Weise eine dynamische Entwicklung genommen hat und nimmt, war damals noch nicht abzusehen.

Die Berichte über die Erfahrungen mit den Übungen der Stille in der JVA Schwäbisch-Gmünd motivierten mich zu sagen: „Das will ich in der JVA Butzbach auch anbieten!“.

Aber: ich hatte keine Erfahrung. Ich habe jedenfalls damals zu mir selber gesagt: „Man oh Man, ohne Erfahrung auf dem Gebiet der christlichen Spiritualität und der Übung der Stille sprichst du wie ein Blinder von der Farbe, also: bevor du anfängst, musst du Erfahrung akkumulieren und dich auf einen spirituellen Weg begeben“.

Es ist nicht so, dass ich gar keine spirituelle Praxis hatte. Aber eine regelmäßige, mit Vertiefungsphasen verbundene Übung der Stille war mir fremd.

Meine eigene geistliche-spirituelle Heimat liegt in der Theologie der Befreiung Lateinamerikas, ist also verbunden mit den Begriffen des Herausführens und der Erlösung aus Abhängigkeit und Armut – verbunden mit Namen wie Ignacio Ellacuria und Oscar Arnulfo Romero. Auf Grund meiner langjährigen Erfahrung in El Salvador während der Zeiten des Bürgerkrieges liegt meine spirituelle Erfahrung eher auf der Ebene des Widerstandes und des Kampfes: des Widerstandes gegen destruktive Prozesse in uns selbst und im gesellschaftlichen Kontext. Diese Form der Spiritualität war und ist verbunden mit der Gegenwart und dem Kommen des Reiches Gottes.

Die Übung der Stille, das habe ich damals jedenfalls verspürt, war etwas anderes, mir bis dahin Fremdes. Ich habe mich dann also auf den Weg gemacht, habe mich anleiten lassen und mit eigenen Übungen des Sitzens in der Stille begonnen. Als ich das Gefühl hatte ich bin soweit, bin ich dann im Januar dieses Jahres mit Zittern und Zagen zu einem Zen Sesshin, einer vertieften Phase des Sitzens in der Stille, ins Domicilium nach Weyarn gefahren, um 8 Tage im Schweigen zu verbringen. Die Erfahrung hat mich verwirrt und verunsichert, bzw. ich habe mich verwirren und verunsichern lassen. Ich habe die große Kraft und Tiefe, die in der Übung der Stille liegen kann, sinnlich und körperlich wahrgenommen. Dem wollte ich weiter nachgehen. Ich fühlte mich also ermutigt, im April erneut 7 Tage lang den Raum des Schweigens und der Stille zu betreten. Diese zweite lange Erfahrung hat dazu geführt, im August wieder für eine Phase von 6 Tage in das Schweigen einzutreten. Verbunden waren diese Phasen der Vertiefung mit dem Versuch, eine eigene regelmäßige spirituelle Praxis/Übung in meinen Alltag zu integrieren.

Anfang September habe ich mir dann zugetraut, mit einer Gruppe von anfangs 12 Gefangenen einmal in der Woche im Schweigen zu sitzen. Das wäre ohne die vorher gemachte eigene Erfahrung nicht möglich gewesen.

Erfahrung setzt die Bereitschaft voraus sich auf den Weg zu machen, sich zu exponieren, dem Unbekannten sich auszusetzen.

Neue, andere Erfahrung zu machen ist daher immer auch ein Wagnis, auf der Fahrt - auf dem Weg in Gefahr zu geraten. Bei der Erfahrung setze ich mich mir selber aus, setze mich anderen aus und konfrontiere mich mit einem Dritten.

Es gibt bei der spirituellen Erfahrung etwas, das entzieht sich dem Sprachraum. Nach der Erfahrung kommen unter Umständen Teile davon erneut aus dem Raum der Stille in den Sprachraum des Alltags. Aber ein letztes Arkanum bleibt, etwas das nicht

vermittelbar ist, es sei denn ich lasse mich selber auf diese Erfahrung ein. Ein Beispiel: Zur Vorbereitung auf das Sitzen habe ich natürlich auch gelesen. Texte, die sich mir damals nicht erschlossen. Texte, die erst nach der Stille zugänglich waren. Ich weiß, dass die Übung der Stille ein Instrument zur Veränderung der Wirklichkeit sein kann. Vor allem der eigenen, weil sie Wirksamkeiten erzeugt, die die Wahrnehmung verändern. Auch hier: die Wahrnehmung meiner selbst, der anderen und des mich umgebenden Kontextes gesellschaftlicher Realität, ich erkenne mich und andere neu. Der Blick auf die Welt wird aus der Übung der Stille heraus ein anderer.

Erkenntnis geschieht auf Grund von Unterschieden

Zur Erkenntnis gelange ich durch Differenzierung, die mir die gemachte Erfahrung ermöglicht. Ich erkenne aus und in der Figur, die sich vom Hintergrund abhebt und in den Vordergrund meiner Aufmerksamkeit rückt.

Bei den ersten acht Tagen sitzen im Raum der Stille habe ich mit mir, mit meinem Körper und Geist gekämpft um es durchzuhalten. Eine körperliche Erfahrung des Sich-Halten-Wollens, die Haltung eben nicht aufzugeben. Bei den folgenden 7 Tagen bin ich in eine tiefe Dimension der bewussten Achtsamkeit vorgedrungen, die einige Wochen danach bei mir das Empfinden auslöste, ich hätte etwas durchschritten, hinter das ich nicht mehr zurück kann. Bei der dritten Woche habe ich mich mit mir selber konfrontiert. Die Dimension, die sich bei der Übung der Stille auftut, ist gewaltig, und ich habe großen Respekt und auch Ehrfurcht bekommen vor der Tiefe mystischer Erfahrungen und Tradition.

Erkenntnis, die auf Erfahrung basiert, entfaltet Wirksamkeiten durch die Wiederholung der Erfahrung

Es geht bei der Übung der Stille nicht so sehr um Bedeutung. Es geht um Wirksamkeit. Und die scheint messbar zu sein. Die säkularen Formen von Meditation, die zur Stressbehandlung eingesetzt werden wie das MBSR (Mindfulness-Based Stress Reduction) nach Jon Kabat Zinn, werden in ihrer Wirksamkeit untersucht. Unter anderem von Bender Institut of Neuroimaging (BION) am Fachbereich Psychologie der Universität Gießen. Hier wurde festgestellt, dass sich nach langen Phasen intensiven Meditierens die Graue Masse des Gehirns und die Amygdala verändern. Die Amygdala ist u.a. zuständig für die Ausschüttung des Stresshormones Adrenocorticotropin (ADCH), das beim Weinen in Tränen nachweisbar ist. Die bildgebenden Verfahren moderner Hirnforschung machen die Wirksamkeit einer spirituellen Praxis messbar. Religionen und ihre Praxen verbinden sich mit empirischer Wissenschaft, so scheint es.

Achtsamkeit/Mindfulness, die durch Erfahrung des Körpers gebildet werden, zeigen auf, dass es letztendlich keine Trennung von Körper und Geist gibt. 1991 veröffentlicht Francisco Varela et.al. ein Buch mit dem Titel „The embodied mind. Cognitive Science and Human Experience“. Bereits hier wird der Versuch unternommen spirituelle Erfahrung und moderne Kognitionswissenschaft in Verbindung zu bringen.

Die spirituelle Übung der Stille ermöglicht eine Erfahrung, die sich im Körper abbildet. Sie ist vor allem auch eine körperliche Erfahrung und damit eine Erfahrung der

Ganzheitlichkeit, die zur Versöhnung mit sich selber, mit anderen und mit Gott führen kann.

Zusammenfassend können folgende Thesen aufgestellt werden:

- Erfahrung und Erkenntnis bedingen einander.
- Erfahrung setzt die Bereitschaft voraus sich auf den Weg zu machen, sich zu exponieren, dem Unbekannten sich auszusetzen.
- Erkenntnis geschieht auf Grund von Unterschieden.
- Erkenntnis, die auf Erfahrung basiert, entfaltet Wirksamkeiten durch die Wiederholung der Erfahrung.

Das scheinbar Unpolitische der christlichen Mystik ist in den sich auflösenden neoliberalen Gesellschaftsstrukturen der Industrienationen brisant. Die Erfahrung der Stille entzieht sich der Kultur der Kontrolle und führt in eine Selbstverantwortung.

Nur durch das Beschreiten eines eigenen Weges wird das Arkanum erfahrbar.

In einer Welt voller künstlich erzeugter Bedürfnisse und Zwänge ermöglicht die Übung der Stille Erkenntnisse, die bedürfnislos machen. Der Konsumkultur und Verschwendungskultur wird eine Kultur der Bedürfnislosigkeit, der Bescheidenheit und des Widerstandes entgegen gesetzt.

Die Unmittelbarkeit der Gotteserfahrung macht furchtlos und nimmt die Angst vor dem Tode. Dadurch weckt diese Erfahrung Hoffnung und ermöglicht Anfänge, die bisher unmöglich erschienen.

Lasst uns zu Realisten werden, indem wir das Unmögliche wagen, das Vertrauen in das „Nicht-Wissen“ wird uns leiten und beschützen.

Habt Dank, haben Sie Dank für ihre Aufmerksamkeit!

Cesar Chavez (1927-1993), „eine der heroischen Gestalten unserer Zeit“, wie Robert Kennedy ihn nannte, kämpfte sein Leben lang darum, daß die mexikanischen Einwanderer, die Chicanos, den Großgrundbesitzern nicht völlig rechtlos ausgeliefert blieben. Es ging um Verträge, um Wählerregistrierung, gegen rassistische und ökonomische Diskriminierung, vor allem um einen Mindestlohn für die Wanderarbeiter, darunter viele Kinder, und zu Beginn der Bewegung schlicht darum, daß sie nicht einfach von den weißen Landbesitzern erschossen wurden ...

Cesar Chavez war ein gläubiger Katholik, der sich auf jede seiner Aktionen sorgfältig durch Fasten und Gebet vorbereitete. Einmal hat er vor einem großen und lebensgefährlichen Streik vierundzwanzig Tage lang gefastet. Jedesmal wenn er sich so vorbereitete, sagten seine Gegner: „Paßt auf! Cesar Chavez hat etwas vor, er betet!“

Dorothee Sölle, Mystik und Widerstand (1997), S. 255.

KLOSTER IM GEFÄNGNIS – ERFAHRUNGEN UND AUSBLICK

Pfarrerin Susanne Büttner

Ich möchte in meinem Beitrag drei Schritte mit Ihnen gehen:

1. Die Vision von Kloster im Gefängnis nochmals kurz in den Blick nehmen.
2. Die konkreten Erfahrungen im Blick auf ihre Wirkung zusammenfassen.
3. Die daraus resultierende Perspektive benennen.

I Die Vision von Kloster im Gefängnis

Allen Ansätzen, die sich zu Meditation und Kloster im Gefängnis auch in anderen Ländern finden, ist eine zentrale Idee gemeinsam: Dass inhaftierte Menschen die Zeit ihrer Gefangenschaft nicht nur als eine „tote“ oder gar extrem schädigende Lebenszeit erleben, sondern den durch die Haft deutlich markierten Bruch mit dem bisherigen Leben und die Zeit in ihrer „Zelle“ als Möglichkeit entdecken, sich neu zu orientieren. Das ist selbst für Menschen mit dem Wunsch danach ein sehr schwieriges Unterfangen. Die Gründe dafür sind vielfältig und wurden bereits skizziert. Kloster im Gefängnis will in einem Kontext äußerer und innerer Unfreiheit einen Freiheits-Raum schaffen, in dem Menschen sich selbst in ihrer Lebensgeschichte unverstellt begegnen können. Die Beobachtung dabei ist – daher der Titel des Symposiums – dass durch die Praxis der Übung der Stille Prozesse bei den Einzelnen in Gang kommen oder unterstützt werden, die befreiend wirken. Durch die klösterliche Übung der Stille mitten in den Abläufen einer Haftanstalt entsteht ein heilsamer, geschützter „dritter Raum“ zwischen dem Individuum und der Institution, in dem die Würde und die Geschichte der Einzelnen deutlicher Kontur gewinnen können. Dieser Raum wird im Rahmen von „Kloster im Gefängnis“ auch als eine Dimension ohne Zwecke und Absichten erfahren, in der die Verbindung zum Ewigen, zum Fraglosen, zum Unzerstörbaren, das nach christlich-religiöser Überzeugung jeder Mensch in sich trägt, erlebbar wird.

II Die Wirkung der Übung der Stille – Erfahrungen von Teilnehmerinnen

Zwei Monate nach der diesjährigen Woche „Kloster im Gefängnis“ habe ich Interviews mit den Teilnehmerinnen geführt. **Ruhiger, gelassener, vertrauensvoller** seien sie, sagen fast alle im Blick auf ihr Leben und ihren momentanen Alltag. Die meisten sagen aus, sie seien **bewusster** und **klarer** im Blick auf die eigene Lebensgeschichte. Einige sagen, sie seien auch **widerständiger** geworden im Blick auf Erwartungen und Ansprüche innerhalb des Gefängnisalltags durch Mitinhaftierte. Eine genauere Auswertung möchte ich an vier Themenkomplexen orientieren:

1. Die Wirkung des äußeren Rahmens „Kloster im Gefängnis“.
2. Innere Wirkungen der Übung der Stille.

3. Die Erfahrung von Transzendenz. Eine neue Perspektive auf das Thema Vergabung.
4. Die Wirkung der Übung für den Alltag der Haft.

II.1. Die Wirkung des äußeren Rahmens „Kloster im Gefängnis“

Die strukturelle Frage, die sich durch den proklamierten Anspruch „Kloster im Gefängnis als Freiheitsort“ stellt, ist ja auch die nach der Wirkung des zweiten, diesmal klösterlich- strengen Rahmens innerhalb einer JVA.

„Es ist ein extremer Ort hier, und zum ersten Mal hier zu meditieren und das „Kloster“ mitzumachen, war auch extrem. Das war ja auch irgendwie grotesk. Die Forderung, sich zu öffnen an einem geschlossenen Ort. Meine Familie sagte: „Kloster im Gefängnis ist ja doppelt!““

Doch wurde von allen bestätigt, dass der klare und inhaltlich völlig vom JVA-Tagesablauf unterschiedene Rahmen unterstützend und zulassend wirkte. Dieselbe Frau sagt:

„Diese Art von Struktur macht frei. Ich gehe in die Stille darin, und die setzt mich frei. Was ich mit der Stille, mit meinem Körper mache, ist mir überlassen.“

In der Planungsphase für „Kloster im Gefängnis“ hatte Abt Michael Reepen vom Kloster Münsterschwarzach das Bild des „Bachbettes“ geprägt: Der klösterliche Rahmen sei wie ein Bachbett, der dann ein freies Fließen des eigenen inneren Erlebens ermögliche.

„Ich finde es wichtig, dass es so ein strenger Rahmen ist. Um die ganzen Emotionen, die hochkommen, zu unterbrechen, sie wegpacken zu können. Weg sind die Emotionen ja dann nicht – ach, wie beschreibe ich das? Der äußerliche Ablauf ist ein Rahmen, um die Emotionen einzugrenzen, das hilft, das wirkt unterstützend.“

In allen Interviews wurde deutlich, dass die Realität „Gefängnis“ und „gefangen sein“ in der Klosterwoche stark in den Hintergrund tritt und sogar – zumindest zeitweise – ganz in Vergessenheit gerät.

„Ich habe es tatsächlich vergessen, dass ich im Gefängnis bin. Dieses Gefühl hatte ich nicht mehr „ich bin im Gefängnis“. Ich war im Kloster! Man war da. Man war in dieser Kirche und hat das wahrgenommen, was da war. Vielleicht beim Rasierer holen – das hat mich kurz ans Gefängnis erinnert.“

„Man fühlt sich gar nicht im Gefängnis. Man fühlt sich nicht als Nummer, als Gefangener.“

Als Gründe für diese Wahrnehmung geben die Frauen den Umzug auf eine eigene Abteilung, damit die Trennung von den „lauten Massen“ und den anders gefüllten, als sinnvoll erlebten Tagesablauf an. Auf die Frage, wie die Wirkung des klar strukturierten Tagesablaufes erlebt wurde, fielen auffallend oft die Worte „Freiheit“, „frei“, „an-

ders“ und „es tat gut“ – die Frauen hatten das Gefühl, dass sie sich innerhalb der klaren Struktur frei entfalten konnten. Die äußeren Räume, vor allem die Kirche, aber auch der Meditationsraum, der Hofgang und die Arbeitsorte drinnen und draußen wurden stark als Freiräume wahrgenommen. Auch das Vertrauen durch die Anstaltsleitung und die Leitung sowie die anders als im Haftalltag empfundene Eigenverantwortlichkeit für das Geschehen, die Gruppe und das Gelingen der Woche sind wichtig. *„Es sind viele kleine Sachen, die das ausmachen. Das Gefühl, das einem vermittelt wird, es ist o.k., so ein Vertrauensvorschuss.“*

Das Entstehen *innerer Freiräume*, die in Aussagen wie „ich war seit langem endlich ganz bei mir“ zum Ausdruck kommen, machen die innerhalb des Kloster-Rahmens subjektiv erlebte Freiheit aus. Der Freiheits-Raum innerhalb des Gefängnisses ist den Phänomenen nach die Voraussetzung für die Intensität der inneren Prozesse.

II.2. Innere Wirkungen der Übung der Stille

Der Hauptfaktor für das Entstehen des eigenen inneren Prozesses ist nach Aussagen der Teilnehmerinnen der Raum der Stille und die Wirkung, die andere Übungen wie das Initiatische Gebärdenspiel oder die Arbeit im Schweigen und auch die regelmäßigen Gebetszeiten im Laufe der Tage darin entfalten. Einige Antworten auf die Frage: Was ist mit Ihnen passiert, als Sie in der Stille gesessen haben bzw. in dieser Zeit des Schweigens?

„Bei mir ist das immer so, dass sich ein Raum auftut, das ist schön, da bin ich manchmal überwältigt, das ist für mich immer eine schöne Erfahrung. Ich bin mir dann immer ganz nah, ich bin dann auch so achtsam mit mir. Im normalen Alltag im Vollzug mit allem Drum und Dran ist das nicht möglich.“

„Es gibt Perspektivwechsel, du siehst Sachen, die du vorher so noch nicht gesehen hast. Und das muss sein. Ich finde das gut. Das wird aber immer klarer, du beschönigst nichts mehr, es gibt keine Ausreden mehr.“

„Eigentlich ist ständig was anderes passiert, es kamen Sachen in den Kopf, die lange nicht da waren. Ich habe mich mit mir selber beschäftigt. Zum Ende war ich dann im Hier und Jetzt mit meinen Gedanken, das heißt, wie ich mit Situationen in der Klosterwoche klarkomme.“

Sehr häufig kommt die Aussage von den befragten Frauen, dass sie einfach die Ruhe genießen, trotz oder gerade weil Gefühle und Gedanken darin einen Raum haben, die sonst wenig Platz haben. Manche geben auch ohne spezifische Nachfrage danach an, Gott in dieser Stille nahe zu kommen.

„Also, ich habe immer die Ruhe genossen. Ja, da tauchen schon Bilder auf, das kann Familie sein, die Frage ‚warum bin ich hier?‘, aber irgendwann kommst du wirklich in die Stille, da wird es ruhig. Da ist ein Raum in dir, der ist Ruhe, Friede, Stille.“

„Ich habe erst mal die Stille nur genossen. Am zweiten Tag habe ich geweint. Da habe ich ganz arg Heimweh gehabt, ich konnte mich nicht ablenken, ich habe mich

damit auseinandersetzen müssen. ... Ich habe mich dann gefangen, ich habe mich da rausgeholt. Also, das Beten hat mir unheimlich viel gebracht, das hat mich ruhig gemacht, mir Sicherheit gegeben, mich gestärkt. Das war überraschend für mich. Wäre das nicht gewesen, hätte ich es vielleicht nicht geschafft."

„Also mir hat die Stille viel Freude gebracht, weil ich über vieles nachdenken kann. Ich mag die Stille, ich kann dann der Gottesstimme lauschen. Ich habe das im Gefängnis geübt. Ich kann dann lauschen, das ist schön."

Auch die Angst vor der Stille wird benannt, und wie sie sich verändert:

„In der ersten Klosterwoche, da hatte ich Angst vor der Ruhe. Man weiß ja nicht, was hochkommt. Da konnte ich auch nicht zur Ruhe kommen. Da kam ganz stark mein Thema hoch. In der zweiten Woche konnte ich die Stille annehmen, ich wusste schon, ich stehe das durch. Und diesmal habe ich mich richtig darauf gefreut, konnte vom ersten Moment an richtig loslassen."

„Ich habe die Stille sehr genossen. Ich hatte ja Angst davor, dachte, das ist sehr streng. Ich konnte dann vieles loslassen. Obwohl ich lange gebraucht habe, bis ich meine Gedanken abstellen konnte. ... Irgendwann wurde ich ruhiger."

Einige der Frauen geben auch an, dass sie in den ersten Tagen müde sind. Sie begründen das unter anderem mit den starken Emotionen, die in der Stille an die Oberfläche kommen.

„Ich habe festgestellt, dass ich furchtbar müde war, dass die Wochen zuvor unglaublich voll und anstrengend waren. Ich musste über Mittag schlafen. ... Die ersten drei Tage war das so, dann wurde es besser."

„Ich konnte still sitzen. Aber ich war sehr müde. Ich brauchte immer einen Mittagschlaf, und abends um zehn ging ich zu Bett. Das kam von der Psyche, von allem, womit man sich beschäftigt."

Die meisten der befragten Frauen beschreiben den inneren Prozess in der Schweigeweche als eine Art „Durchgang“ durch verschiedene, oft krisenhafte Phasen, in denen sie sich ihren Erinnerungen, Gedanken und Gefühlen stellen. Am Ende jedoch entsteht durchweg ein positives, zumeist auch sehr zuversichtliches Gefühl.

„Die ersten zwei Tage war ich von Emotionen überwältigt. Ich war auch am Ende der Woche noch sehr emotional, doch es gesellte sich das Gefühl dazu: Es wird gut werden. Daraus habe ich Kraft geschöpft. Ich kann das bis heute nicht richtig fassen, wie das ging, aber es ist ein gutes Gefühl, das sich nicht ganz verflüchtigt hat. Das gibt wirklich Kraft. – Es wird vielleicht nicht so, wie ich es mir vorstelle, aber es wird ... und das gibt mir Gelassenheit."

„Ja, am Anfang war es schwer, mich darauf einzulassen. Da war ich müde, antriebslos, richtig platt. Nach und nach habe ich an Energie gewonnen, und ich war stolz, dass ich es durchgezogen habe. Und ich weiß, dass es mir was gebracht hat. Zwischenfrage: Was? Dass ich mich nicht mehr so sehr nach anderen ausrichte. Ich

denke zum Beispiel immer „mögen mich die anderen“. Das war mir dann nicht mehr so wichtig.“

„Ich war in diesem Jahr platt, ich brauchte die Mittagspause. ... Dieses Jahr habe ich mich richtig in die Klosterwoche „hineingerettet“ ... Auf jeden Fall hatte ich am Schluss viel mehr Energie und Kraft und die Hoffnung, dass ich das hier auch schaffe. Und auch: Mich wieder zu spüren, bei mir zu sein, selbst wenn es Tränen und Schmerz sein werden. Mich hier nicht zu verlieren. Mir ganz nah sein. Wieder Dinge deutlicher benennen. Die Erfahrung lässt sich wiederherstellen: Ich bin noch da, ich gehe nicht verloren. Es gibt Tage, da vegetierst du nur vor dich hin, schwimmst halt so mit.“

Manche der Frauen beschreiben, wie sie mit ihren ganz eigenen Themen konfrontiert werden und wie sie im „Anschauen“ und Aushalten dieser Themen eine Art Befreiung erfahren oder zumindest die Angst vor den verdrängten Emotionen und Themen verlieren.

„Durch die Stille und das mit-mir-Beschäftigen bin ich demütig. Das ist ein gutes Gefühl, das vieles ermöglicht. Im Alltag bin ich eher abgelenkt. In der Stille funktioniert das Wegschieben nicht, irgendwann überrollt dich das, da gehe ich dann durch. Da kommen ehrliche Emotionen und ich gucke dann genauer noch hin. ... Durch das Ehrliche schaut man Situationen genauer an und zieht sich nicht sofort wieder raus. Zu merken, ich war da bisher nicht ehrlich - das schmerzt – aber das bringt mich dann wirklich, vollzuglich und menschlich weiter. Ich bin dann „leistungsfähiger“ diesbezüglich als im Alltag, schwierige Dinge in Worte zu fassen. Diese Erfahrung ist überwältigend. Emotional ist da alles aktiv, das sind richtige Gefühlsachterbahnen.“

„Was in der Stille passiert, da tauchen viele Bilder aus der Vergangenheit auf. Im Alltag tauchen die nicht so extrem auf – bei mir ist das ja extrem! ... dort ist es viel mehr und viel heftiger. Es tauchten Bilder auf, wo es vorher gar keine Bilder dazu gab ... Aber trotz der Bilder ist man in der Stille aufgefangen worden, wie sanft gehalten. ... Obwohl das eine sehr emotionale Woche war, mit vielen Krisen und manchen Höhepunkten, habe ich am Ende sehr viel Energie gehabt. Das Durchgehen durch die Krise (ist) eine Befreiungserfahrung ..., da verändert sich was, und das setzt Energie frei.“

Bei der Beschreibung der Phänomene und inneren Prozesse durch die Übung im Schweigen wurde zweierlei in den Interviews deutlich: Bei allen Beteiligten rücken Lebensthemen in den Mittelpunkt des Erlebens. Das löst oft heftige Emotionen, Bilder und Krisen aus. In der Stille geschieht jedoch zum einen eine Art von Akzeptanz dessen, was ist – ohne das Geschehene zu verdrängen. Zum anderen kann sich so etwas wie Versöhnung anbahnen.

II.3. Die Erfahrung von Transzendenz. Eine neue Perspektive auf das Thema Vergebung

Es werden Situationen der plötzlich auftretenden Angstfreiheit oder der Klarheit benannt, Situationen von tief gehender Erkenntnis und von Frieden. In der Körperthe-

rapie spricht man hier auch von Situationen „vitaler Evidenz“, die sich in die Ganzheit von Leib und Seele einprägen und im Leibarchiv gespeichert in der Erinnerung abrufbar sind.

„In der ersten Klosterwoche hatte ich eine Erfahrung: Das war eine Imagination von einer Situation ohne Angst. Das war total friedlich in mir. Immer, wenn's eng wird, denke ich an diese Situation.“

„Mein Bezug zu Gott: Das war eine ganz neue Erfahrung, weil ich sonst da immer sehr kritisch war. Ich hatte nie diese Gewissheit, dass da wirklich etwas ist. Ich bin teilweise in diesen Andachten gesessen und empfand: Gott ist wirklich da.“

„Die Tagzeitengebete und die Impulse fielen in ein anderes Feld als meine bisherige Frömmigkeit. Ich sehe es mehr von innen, da kommen langsam Mosaikstücke zusammen, die mich zu mir führen. Nicht mehr als eine Forderung, es richtig zu machen. Für mich waren die zwei Wochen in den zwei Jahren ein großes Puzzlestück in meinem Leben.“

„Atmen war die Stille. Atmen war Freiheit. Atmen war diese Leere. Der Atem hat mich verbunden, ich war nicht mehr in der Trennung zwischen mir und Welt, innen und außen, Geist und Seele. Ich hatte das Gefühl, das ist eine andere Dimension von Wahrheit, einfach dieses Da sein. Es war zum ersten Mal alles in allem Eins, alles war still. - Als wäre ich erwachsen geworden.“

„Die klaren Zeiten in der Kirche haben mir gut getan, vor allem morgens und abends. Die Gebete waren schön, weil es nicht alltäglich war. Zum Beispiel das Morgengebet des Heiligen Patrick, das habe ich in der Zelle. Ich habe das überreligiös gesehen, ich habe das so gesehen, dass ich das nicht für die Kirche tue, sondern weil es mir gut tut. Draußen nimmt man sich da keine Zeit dafür.“

Bei der Frage, ob das Geschehen in der „Klosterwoche“ sich ausgewirkt hat auf die eigene Erfahrung von Schuld und Vergebung, wird deutlich, dass Vergebung für keine der befragten Frauen nur eine religiöse Dimension ist, sondern es ist für sie in erster Linie ein konkretes Beziehungsgeschehen im Blick auf Angehörige und die Opfer. Für die meisten wird die Dimension der Schuld in der Auseinandersetzung mit sich selbst eher noch deutlicher und Vergebung bleibt eine offene Frage. In den Gesprächen ging es daher eher um die Frage, ob eine neue, veränderte Zukunft denkbar ist und ob eine neue Verantwortung und Handlungsfähigkeit gewonnen werden kann. Die religiöse Dimension, die in der Übung der Stille erfahren wird, wird sehr oft als das Erleben eines Getragen-Seins oder der Geborgenheit beschrieben, die Kraft gibt für die zu bewältigende Zukunft.

„Das „mir ist vergeben“ ist mir zu einfach. Zutreffend ist für mich eher: „ich fühle mich geborgen“, „ich bin geschützt“, obwohl ich das andere nicht aus der Welt schaffen kann. Und im Blick auf meine Kinder habe ich eine gewisse Handlungsfähigkeit wiedergewonnen – auch wenn das auf einer spirituellen Ebene liegt. Ich kann etwas machen. Frau Rosengarth gab mir die Idee, meinen Kindern die Segensgebärde zu schicken. Das mache ich jetzt auch. Ich bete für meine Kinder.“

Eine andere Antwort auf die Frage, ob die Erfahrungen der Klosterwoche im Blick auf das Thema „Schuld und Vergebung“ etwas verändert hätte:

„Ja, verändert hat sich schon etwas. Aber ich könnte nicht sagen, zum Besseren. Die Schuldgefühle hat es auf alle Fälle verstärkt. Es wird erst mal schlimmer. Das muss ich aushalten. ... Aber ... man (ist) in der Stille aufgefangen worden, wie sanft gehalten. Man könnte es anders sagen: Ich habe Hoffnung auf Vergebung. Es wird besser, in kleinen Schritten. Es bewegt sich was, ich weiß aber nicht, wo es endet. Die Hoffnung, dass es (gut) endet..., die besteht. Das ist ganz schön. Man kann es nicht beschreiben.“

II.4. Die Wirkung der Übung für den Alltag der Haft

Als Wirkungen im Alltag nach einer emotional sehr bewegenden Woche treffen alle befragten Frauen Aussagen wie „ich bin gelassener“, „ich habe mehr Ruhe in mir“, „ich bin ausgeglichener“. Gleichzeitig wird sehr oft ein gestärktes Selbstbewusstsein, eine größere Achtsamkeit für eigene Bedürfnisse genannt.

Meine Hypothese dazu: Zum einen wirkt das Gefühl des Getragen-Seins und der Hoffnung auf Zukunft ohne die Ausblendung des sonst Verdrängten bestärkend auf das gesamte Lebensgefühl. Zum anderen: In der Woche erfahren sich die Frauen als Subjekte ihrer eigenen Lebensgeschichte. Die Übung der Stille ist auch eine Übung, Wesentliches von Unwesentlichem zu unterscheiden. Daraus resultiert ein anders geschärfter Blick auf sich selbst in der Realität „Gefängnis“ und ein größeres Bedürfnis nach Stille im Alltag:

„Ich bin fast darüber erschrocken, dass ich (den) Fernseher inzwischen nervig finde. Ich schalte ihn nur noch zu den Sendungen an, die ich sehen will. Ich lese viel mehr als vorher, dazu ist es auch ganz still. Ich mache das sogar mit Ohropax.“

Viele der befragten Frauen geben an, sie hätten nach der Klosterwoche auch ein erhöhtes Bedürfnis zum Rückzug aus einer als „falsch“ empfundener Sozialität. Dies verweist auf ein Problem der Form intensiven Übens in der Stille im Kontext Gefängnis: Das Gefängnis stellt kein gutes, heilsames Übungsfeld Alltag für eine neue Offenheit der Individuen zur Verfügung. Manche Frauen reflektieren auch diesen schwierigen Effekt der gesteigerten Achtsamkeit für die Dinge und für sich selbst:

„Man bezahlt auch einen Preis: Die Öffnung der Sinnesorgane ist positiv, aber du öffnest dich dadurch auch fürs Negative. Das merkt man dann die Wochen danach. Diese Durchlässigkeit für Gefühle und Energie, aber auch für die anderen Geschichten: Das ist nicht ohne.“

III Perspektiven

Die Erfahrungen mit der Übung der Stille im Kontext Gefängnis sind „nicht ohne“. Nicht ohne Grund habe ich zum Schluss auch noch Nebenwirkungen angedeutet –

denn es erfordert Mut von den Beteiligten, sich auf einen solchen Weg einzulassen. Am Ende des Tages hat sich nun aber die Proklamation, die mit dem Thema gegeben ist, mehr und mehr gefüllt: Die Übung der Stille ist eine wirksame Möglichkeit, Prozesse innerer Entfaltung und auch Befreiung zu initiieren und zu fördern. „Wege zu Autonomie und selbst verantwortetem Leben“, auch das ein hoher Anspruch. Doch es werden Wege gegangen, von jedem Menschen, der sich ernsthaft auf einen solchen Übungsweg einlässt. Wir gehen ja alle sowieso einen Weg – die Frage ist, wie sehr wir auf diesem Weg dem Menschen näher kommen, der wir wahrhaftig sind. Dazu möchte ich noch einmal Krisztina aus der Meditationsgruppe zu Wort kommen lassen: *„Dass ich nackt bin, stört mich nur noch ein wenig. Brauche keinen Panzer mehr, ein einfaches Laken reicht mir aus. Ich weiß ganz genau, dass ich nur am Anfang einer langen Reise bin, deren Ausgang ungewiss ist. Werde ich was finden? Was suche ich? ... Also, ich werde weiter gehen, mit kleinen Schritten, langsam vorwärts.“*

Lassen Sie uns dieses Motto als Ausblick nehmen: Weiter gehen.

Das Symposium heute ist ein wichtiger Schritt, die Praxis der Stille im Gefängnis so ernst zu nehmen, dass wir sie als einen relevanten Impuls über die Mauern von Gefängnis hinweg aufgreifen. Das ist auch ein gutes Bild für die Kirche Jesu Christi: Es sind die Fragen der so genannten Menschen „am Rand“, in denen das Wesentliche des Evangeliums pointiert vor Augen gestellt wird. Die Ränder der Kirche sind gut jesuanisch ihr eigentlicher Kern. Die Frage nach der Freiheit in Zwangskontexten, die sich für die ganze Gesellschaft stellt, ist im Gefängnis unausweichlich aufgeworfen und findet spannende Antworten.

Das Symposium könnte ein kleiner Beitrag zu einem Ratschlag sein, den wir halten sollten: Im Gefängnis auf der Suche nach alternativen Formen der Gestaltung der Haft und in der Kirche auf der Suche nach einer Vielfalt der Formen relevanter Erfahrung von Glauben, die in die Gesellschaft verändernd hineinwirkt. Es ist gut, sich in den verschiedenen Feldern der Praxis gegenseitig wahrzunehmen und voneinander zu lernen. Kloster im Gefängnis ist ein Beispiel dafür. Sie (die Franziskanerinnen) vom Kloster wirken ins Gefängnis hinein, und die Praxis hier hat eine Bedeutung für Ihr Kloster. Es gibt eine Vision hier in Gotteszell, die soll am Schluss stehen:

Wir wünschen uns, dass das „Kloster im Gefängnis“ symbolisch und konkret die Phantasien beflügelt, wie die Übung der Stille in andere Kontexte übertragen werden kann: In andere Gefängnisse, auf die Straße, ins Ministerium, auch in die Kirchenleitungen hinein. Wir können uns auch vorstellen, dass Ordensleute oder Oberkirchenräte hier ihre Exerzitien halten. Wir wollen nach Formen suchen, die eine Grenzen überschreitende Praxis des Glaubens beinhaltet.

Ganz besonders möchte ich den Frauen danken, die sich auf die Grenzen überschreitende Übung der Stille im „Kloster im Gefängnis“ eingelassen haben. Sie sind eine Ermutigung für uns alle.

Zum Schluss soll die Stille in uns sprechen. Sie ist ja der Grund unserer Zusammenkunft.

MEDITATION HINTER GITTERN

Krisztina, JVA Schwäbisch Gmünd

Um darüber berichten zu können, was mir Meditation im Gefängnis bedeutet, muss ich erst versuchen, zu erklären, was Gefängnis überhaupt bedeutet. Gefängnis ist ein sehr merkwürdiger, seltsamer Ort. Real und surreal zugleich, bevölkert von Menschen, genauso wie „draußen“, die sich gleichzeitig normal wie auch anormal verhalten.

Warum? Vielleicht, weil wir nackt sind. Und ausgeliefert. Und wir versuchen, uns zu bedecken. Einige mit Lügen, andere mit Schweigen, und manche werden richtig laut. Die Lügen, egal welcher Größenordnung, beschützen wie ein Panzer. Meiner Meinung nach dient alles dem Selbstschutz und der Selbsttäuschung.

Ich möchte und kann nicht beurteilen, ob das eine gute Methode ist, ich habe es fast schon gelernt (dank vor allem Meditation) zu akzeptieren. Aber gerade dieses Verhalten macht das Gefängnis zu einem lauten Ort, sei es auch ganz still. Diese Stimmung vibriert durch die Korridore, und es ist sehr bedrückend. Wenn man nur ein bisschen sensibel ist, dann kann diese „Stimmung“ einen bis zum Wahnsinn treiben. Ich war schon kurz davor, und sollte diese Aussage übertrieben klingen, bitte liebe Leser, verbringen Sie nur ein paar Nächte hier, bitte.

Und in dieser Verfassung kam ich zur Meditation. Offen gestanden aus Langeweile und Neugier. Früher habe ich nur geschmunzelt, wenn ich OM oder Ozean gehört habe. Und es war am Anfang sehr schwierig. Ich habe die Stille in mir und um mich herum mit einem Tsunami verglichen. Seltsam, wie laut Stille sein kann, es ist beinahe schmerzlich. Es hat mich enorm viel Kraft gekostet, dabeizubleiben. Wenn jemand fragt, warum ich weitergemacht habe:

Weil es mich gerettet hat. Ich bin einige Male mir selbst begegnet; wenn auch nur kurz, war ich „ich“. Vielleicht denken einige, dass ausgerechnet „ich“ nicht erstrebenswert ist, sogar ich denke immer wieder so, aber das ist mir nicht mehr wichtig. Ich habe in der Stille Gefühle wiedergefunden, die noch vor ein paar Monaten für immer verschollen schienen.

Und das erfüllt mich mit tiefster Dankbarkeit.

Und, wenn es um mich herum zu laut wird, versinke ich in meiner Stille, in meinem Ozean. Und dass ich nackt bin, stört mich nur noch ein wenig. Brauche keinen Panzer mehr, ein einfaches Laken reicht mir aus.

Ich weiß ganz genau, dass ich nur am Anfang einer langen Reise bin, deren Ausgang ungewiss ist. Werde ich was finden? Was suche ich? Ich wage noch nicht, das zu suchen, was viele zu finden hoffen, wie Erleuchtung. Was bedeutet Erleuchtung überhaupt? Bin ich dafür bereit? Das bezweifle ich.

Aber ich habe gelernt, geduldig zu sein: alles hat seine Zeit. Und das ist wirklich eine großartige Sache für jemanden, die alles am besten schon gestern erreichen wollte.

Also, so werde ich weiter gehen, mit kleinen Schritten, langsam vorwärts.
Würde ich eine Empfehlung für das Meditieren aussprechen? Ja. Jederzeit.
Und wenn jeder nur einen Bruchteil von der Stille findet, die ich gefunden habe, wäre dieser Ort um einiges einfacher zu ertragen.

WIRKUNGEN DER ÜBUNG DER STILLE – NICHT NUR IM GEFÄNGNIS

Pfarrerin Susanne Büttner, Mai 2012

Für eine christlich bzw. spirituell verstandene Praxis der Meditation kann es eigentlich keine Zielformulierung geben. Für die christliche Meditation, die um ein Erkennen Gottes in der Erfahrung des eigenen Lebens kreist, gilt im Besonderen, was für den Glauben überhaupt gilt: Gott ist nicht mit gängigen Kategorien zu „erfassen“. Allenfalls erfasst der Grund unseres Seins, den wir Gott nennen, uns selbst, und wir erkennen uns darin. Wir können solche Erkenntnis nicht machen. Sie ist ein Geschenk, eine Gnade, und sie bleibt unverfügbar.

Warum also die Übung der Stille?

Weil sie den Übenden bereit macht für Erfahrungen mit sich selbst. Die Übung selbst ist bereits eine umfassende Erfahrung. Für die Mystiker und Mystikerinnen geht es darum, die unserem Sein zugrunde liegende Einheit von Gott und Mensch zu erfahren. So gesehen gibt es doch ein Ziel, und dieses Ziel könnte man dann ein Erkennen des Ursprungs nennen. Doch geht es in der Übungspraxis vorrangig um einen Weg, und je mehr die Übenden sich auf ein spirituelles Ziel fixieren, umso weiter wird es in die Ferne rücken. Regelmäßige Meditation erfordert eine Entscheidung und Ausdauer, doch der Kern der Praxis bleibt absichtslos. Im Kontext des Gefängnisystems zu einer solchen Praxis anzuleiten, birgt in sich schon einen produktiven Einspruch: In einer Welt der Vollzugsziele, der offenen Reglementierungen und der verdeckten Regeln von Subkulturen bietet eine absichtslose Übungspraxis einen Freiraum an, sich selbst inmitten von Fremdbestimmung näher zu kommen und sich für die Erfahrung von Transzendenz zu öffnen.

Die bisher gemachten Erfahrungen innerhalb der Übung der Stille lassen gleichwohl die Formulierung von spezifischen **Wirkungen** und dem „Sinn“ von Meditation im Gefängnis zu.

- Das Sitzen in der Stille erfordert die Entscheidung, eine ungewöhnliche, Ausdauer und Disziplin erfordernde Praxis zu tun, und sich damit in einen offenen inneren Prozess hineinzubegeben. Der eigenen Entscheidung kommen dann überraschende, so nicht vermutete Erlebnisse entgegen. Dies ist ein Impuls im Blick auf das Leben insgesamt.
- Das Sitzen in der Stille ermöglicht die Wahrnehmung der Situation „wie sie ist“. Unangenehme oder gar bedrohliche Gefühle wie Trauer und Schmerz oder Wut im Angesicht der momentanen Lebenssituation und der Biografie können sich zeigen und werden aushaltbar. Von dieser Erfahrung wird vor allem im Kontext der Gruppe berichtet.
- Im Sitzen in der Stille erfahren die Übenden in Momenten innerer Stille und Beruhigung ein Gefühl der Verbindung mit einem Zusammenhang, der über sie hinausgeht, von dem sie ein Teil sind und getragen werden. Diese religiöse Erfahrung hat tröstliche und stärkende Qualität.
- Die drei oben genannten Punkte führen oft im Zusammenspiel zu der Situation, dass die Übenden konkrete Hoffnung schöpfen und motiviert werden, ihre schwierigen Situationen zu meistern. Dies wird als Erfahrung der Begleitung durch Gott erlebt.
- Das regelmäßige Sitzen in der Stille hat schon nach relativ kurzer Zeit konkrete Wirkungen für den Alltag. Die Übenden beschreiben sich als ausgeglichener und gelassener, und sie können mit Stresssituationen besser umgehen. Oft wird auch ein gesenkter Bedarf an Medikamenten genannt. Diese Beobachtung deckt sich mit vielfältigen neueren Forschungsergebnissen zur Wirkung von Meditation.
- Im Sitzen in der Stille tritt der enorm belastende und von wesentlichen Themen als ablenkend erlebte Haftalltag erstaunlich rasch sehr stark zurück. Die Auseinandersetzung mit relevanten Problemen des eigenen Lebens und Alltags tritt in den Vordergrund.

Im Sitzen in der Stille entwickelt sich dadurch oft eine deutlich erhöhte Bereitschaft, sich mit der Tat und ihren Folgen auseinanderzusetzen. Die Basis dieser selbst bestimmten inneren Konfrontation ist ein Vertrauen in den Prozess, der im Üben in der Stille am Übenden geschieht. Dieses Vertrauen wirkt sich deutlich auf das ganze Lebensgefühl aus.

Beispiele aus der Praxis

EINÜBUNG IN STILLE ALS FREIHEITSPROZESS

Kloster im Gefängnis und Einkehrtage:

Praxismodelle aus der JVA Schwäbisch Gmünd und der Sozialtherapie Hohenasperg.

Vortrag beim Symposium „Restorative Justice“ am 17. Mai 2011 in Moringen

Pfarrerin Susanne Büttner, JVA Schwäbisch Gmünd

Der Zustand der Welt ist krank.

Wenn ich Arzt wäre

und man mich fragte:

Was rätst du?

Ich würde antworten:

Schaffe Schweigen.

Sören Kierkegaard

Räume des Schweigens schaffen in einer Justizvollzugsanstalt. In einer Sozialtherapie.

Dort, wo Menschen inhaftiert sind, weil der Zustand der Welt krank ist. Die ein aktiver Teil dieses kranken Zustandes sind, ihn mit reproduzieren. Die zu Tätern und Täterinnen wurden. Die deshalb einem Strafsystem unterworfen sind, das aus der Perspektive einer „Restorative Justice“ ein krankes System ist – das Menschen, wenn nicht durchaus krank machen, so doch schwer deformieren kann.

Wir sind hier zusammen, weil wir eine andere Vision entwerfen wollen und dafür nach gangbaren Wegen suchen. Wir wollen neue Formen von Gerechtigkeit stärken, und das bedeutet nicht allein, dass wir Menschen zu einem Leben ohne Straftaten befähigen wollen. Wir wollen sie aufrichten und dazu verhelfen, dass sie Verantwortung übernehmen können – groß gesagt: dass sie mündig und frei werden können. Dies muss das Ziel sein, an dem wir uns orientieren.

Der Dysfunktionalität in ihren verschiedenen Formen im Strafvollzug, für die wir momentan noch viel zu wenig Alternativen entwickelt haben, gilt es also gegenwärtig und zukünftig ernsthafte Modelle und Praxen entgegen zu entwickeln. Das sind zwei Fragen: Was könnte es *alternativ* geben zur Haft? Und zum andern, und das ist hier die Fragestellung: Wie können *in* einer Anstalt Räume eröffnet werden, die Freiheitsprozesse möglich machen.

Was meine Kollegin, Pfarrerin Birgit Braun, zusammen mit der Leiterin der Sozialtherapie Hohenasperg, Christine Ermer, und ich, zusammen mit der Kontemplationslehrerin und Juristin Heike Rosengarth-Urban, versuchen, ist nichts völlig Neues. Es gibt in Gefängnissen deutschland-, europa-, und weltweit die verschiedensten Formen der Übung der Stille bzw. der Meditation. Sie verstehen sich alle als das Ange-

bot eines Freiraumes innerhalb der Haftsituation, der positive persönliche Entwicklungen möglich machen soll. Für Bedienstete sind die Angebote entweder Teil einer Art „Prävention“ im seelisch-gesundheitlichen Bereich oder auch eine Form der Einübung einer Kultur der Achtsamkeit innerhalb der Anstalten. Ich werde in unserem Beitrag aufgrund der Themenstellung die Maßnahmen für Inhaftierte darstellen und auswerten.

Ich werde in drei Schritten vorgehen. In einem ersten Schritt werde ich einen kurzen Überblick über praktizierte Formen der Übung der Stille im Strafvollzug geben, soweit sie mir bekannt sind, und benennen, worum es in der Übung der Stille geht. In einem zweiten Schritt werden die beiden in Baden-Württemberg in der Gefängnis-seelsorge bzw. in der Sozialtherapie praktizierten Modelle vorgestellt. In einem dritten Schritt wird der Ertrag dieser Praxis zusammengefasst.

1. Die Übung der Stille: Praktizierte Formen im Strafvollzug und Grundgedanke

1. 1 Praktizierte Formen im Strafvollzug

Es gibt im bundesdeutschen Strafvollzug vielfache Formen der Übung der Stille, gängig genannt Meditation. So gibt es in der JVA Freiburg seit 1999 einen von der Seelsorge finanzierten wöchentlichen Kurs Yoga und Meditation. In der JVA München bietet das Münchener Bildungswerk in Kooperation mit der Gefängnis-seelsorge einen Meditationskurs an. Oft sind es Anstaltspsychologen oder SeelsorgerInnen mit eigener Übungserfahrung, die Angebote machen. Eine auf einen achtwöchigen Kurs angelegte Maßnahme findet sich in der JVA Brandenburg/Havel, wo die Methode „Stressbewältigung durch Achtsamkeit“ oder MBSR – „Mindful Based Stress Reduction“ mit Erfolg durchgeführt wurde. In Niedersachsen wie auch in einzelnen Anstalten in anderen Bundesländern, z.B. Schwäbisch Gmünd, gibt es zudem die Erfahrung mit Naikan-Kursen. Auch bei Naikan ist durchgängiges Schweigen die Basis der Arbeit. Allerdings ist Naikan nicht unter Meditation zu fassen.

In den Niederlanden wird u.a. von unserem Kollegen Sietse Visser in Nieuwegein das Mindfulness Based Stress Reduction-Programm durchgeführt, das von Jon Kabat Zin vom Zen her entwickelt wurde. Die positiven Wirkungen dieser Form von Meditation, die auf eine urteilsfreie Wahrnehmung von Empfindungen, Gefühlen und der Gemütsverfassung zielt, sind inzwischen relativ gut erforscht. Sie lassen sich auch für die von uns praktizierten Formen beschreiben.

Als erste Erfahrungen mit Meditation in Gefängnissen sind wohl die Vipassana-Meditationskurse in indischen Gefängnissen in den 70er-Jahren zu nennen. Vipassana bedeutet „die Dinge so sehen, wie sie sind“ und ist eine der ältesten Meditationstechniken Indiens. 1994 nahmen 1000 Häftlinge an einem 10tägigen Vipassana-Kurs im Tihar-Gefängnis in Neu Delhi teil. Dieser Kurs ist dokumentiert in dem Film „Doing time, doing Vipassana.“ Die Wirkung der Vipassana-Meditation, die inzwischen auch in Gefängnissen in den USA, Neuseeland und in einer Haftanstalt in Lancaster/ Großbritannien praktiziert wurde, ist evaluiert worden. So seien beispielsweise die Rückfallquoten bei Häftlingen, die Vipassana regelmäßig praktizierten, um die Hälfte zurückgegangen. (So britische Forscher auf dem Jahreskongress des Royal College of Psychiatrists im Jahr 2001).

Erstaunliche Arbeit leistet der Prison Phenix Trust, eine Nicht-Regierungs-Organisation mit Sitz in Oxford/ Großbritannien. Seit den 80er-Jahren gehen Yoga-und Meditationslehrer/innen in britische Gefängnisse, die von PPT gestellt oder geschult werden. Inzwischen gibt es in ca. 120 HMPrisons Kurse sowohl für Inhaftierte als auch für Bedienstete, mit entsprechendem Material zur Übung auf den Zellen bzw. in Arbeitspausen. Die übenden Gefangenen werden durch Briefkontakte mit Ehrenamtlichen, die über Meditationserfahrung verfügen, unterstützt.

Die Inspiration für das Modell „Kloster im Gefängnis“ gaben 30tägige Schweigewochen im Stile Ignatianischer Exerzitien, die seit Jahren im Hochsicherheitsgefängnis von Kumla/ Schweden für langjährig Inhaftierte aus ganz Schweden durchgeführt werden. In Kumla gibt es dafür ein eigenes kleines Klostergebäude auf dem Terrain der Anstalt für die jeweils 8 Teilnehmer und die Leitung.

Diese verschiedenen Zugänge und Praxen seien erwähnt, um zu zeigen, dass die Übung der Stille bzw. Meditation im Gefängnis nichts Singuläres und auch nichts völlig Neues ist. Es sind hier bereits ermutigende Erfahrungen in verschiedenen Formen und Methoden gemacht worden.

1.2 Zur Übung der Stille wie wir sie verstehen und üben

Die äußere Form ist ein Sitzen am Boden auf Meditationskissen oder Kniebänkchen oder auf „Bodenstühlen“, bei Kniebeschwerden auch auf einem Stuhl, „Meditation“ oder „Kontemplation“ genannt. Die dadurch unterstützte stabile, unbewegte Sitzhaltung ist die Basis für eine Übung, der es um ein Still-Werden der eigenen Gedanken geht. Orientiert an der gegenstandslosen Form der Meditation konzentriert sich diese Übung des Still-Werdens auf den Atem und auf die Achtsamkeit für das leibliche Da-Sein im „Hier und Jetzt“. Es geht von diesem inneren Still-Werden aus darum, sich dem zu öffnen, was „zutiefst bewegt“, einen Raum zu schaffen, in dem Muster und Konstrukte in den Hintergrund treten und sich „sich selbst“ und dem „Grund des Seins“ zu öffnen.

Sowohl im Zen als auch in der Meditation in der Form des Schweigens, das der christlichen Tradition verpflichtet ist, geht es dabei um eine religiöse Übung, wenn gleich sich Zen nicht als weltanschaulich gebunden versteht. Religiös in dem weiten Sinne, dass es darin um die Verbindung, die Rück-Bindung zum „Grund des Seins“ geht. Die Übung der Stille ist nicht mit Entspannung zu verwechseln, sondern sie ist ein innerer Weg, auf den die Übenden sich begeben. Die im März 2011 verstorbene Zen-Meisterin Silvia Ostertag sagt zu dieser Übung:

„Unsere Übung ist das Sitzen in der Stille.

Sich der Stille aus-setzen.

Schauen, womit ich ihr zu entfliehen,

und wie ich sie zu vermeiden suche.

Schauen, wie ich das lassen kann.

Mich der Stille aussetzen.

Vertrauen darauf, dass die Stille an mir wirkt.

Nicht wissen müssen wofür, und ob es gut ist.

Vertrauen darauf, dass die Stille an mir zum Guten wirkt.“

Sich auf diese Übung einzulassen, erfordert einen gewissen Mut. Denn man ist in den

20 oder gar 30 Minuten still sitzen am Platz, mehrfach am Tag, und das eingebettet in ganze Schweigetage, mit neuen, ungewohnten und oft auch beunruhigenden Erfahrungen beschäftigt. Es bleibt nicht aus bzw. es ist ein Kern solchen Übens, dass die Meditierenden in der Stille mit Themen konfrontiert werden, die sie zuinnerst bewegen. Oft sind das Themen oder Emotionen, die im so genannten „normalen Alltag“ gut verdrängt oder zumindest kontrolliert werden können. Menschen, die akut psychisch instabil sind, wird es daher abgeraten, sich einer intensiven Erfahrung der Übung in der Stille auszusetzen. Im dritten Teil des Vortrages, wenn ich über den Ertrag spreche, wird jedoch die überraschende Wirkung aus Sicht der Teilnehmenden zur Sprache kommen, wie stark die gemeinschaftlich getragene Stille die Einzelnen durch ihre inneren Krisen führt und trägt und das Vertrauen in die Möglichkeiten zur Bewältigung der eigenen Lebensfragen stärkt.

Zwei Hauptwirkungen sind für die Übung der Stille, wenn sie über einen längeren Zeitraum bzw. regelmäßig praktiziert wird, an diesem Punkt festzuhalten:

1. Sie bringt die Übenden in den Kontakt mit sich selbst. Sie lehrt, auch unangenehme Emotionen und Gedanken innerlich zuzulassen, auszuhalten und gelten zu lassen, und diese aber auch einfach wieder zu verabschieden, sie ohne Groll ziehen zu lassen. Sie eröffnet dadurch die Möglichkeit zur Transformation – von der Erfahrung aus, dass es genügt zu „Sein“ und die Dinge und sich selbst zunächst „sein zu lassen“.
2. Sie bringt die Übenden in den Kontakt mit einer Dimension, die über sie selbst hinaus weist. Es wird in der Stille die innere Verbindung möglich zu etwas Fraglosem, zu einer Weise des Seins, die mich und andere „Da sein lässt“. Religiös gesprochen ist dies die Dimension des Ewigen, an dem jedes Individuum unzerstörbar Anteil hat. Seelsorglich gesprochen geht es hier um die Qualität des Trostes.

Es zeigen sich bereits einige für den Strafvollzug sehr spannende Aspekte dieses Übungsweges. Hervorheben möchte ich aus unseren Erfahrungen das Moment der Absichtslosigkeit des Sitzens in der Stille in einer Welt voller Zwecke und (Vollzugs-)Ziele. Und das Moment des fraglos Da-Sein-Dürfens in einem Kontext permanenter Konfrontation mit der Straftat und deren Konsequenzen und der daraus resultierenden Verdrängung respektive den alltäglichen, im Blick auf eine persönliche Entfaltung dysfunktionalen Kompensationshandlungen.

2. „Kloster im Gefängnis“ und „Einkehrtage in der Sozialtherapie“ - Praxismodelle aus der JVA Schwäbisch Gmünd und der Sozialtherapie Hohenasperg

Was die beiden mehrtägigen, jeweils unterschiedlichen „Formate“ verbindet, sind einige Merkmale, die eine Form des Übens im Schweigen in einer Gruppe ermöglichen:

1. Die Stille, der achtsame Umgang untereinander und ein klar strukturierter Tagesablauf sind das tragende Moment der Maßnahme. Die Übung in der Stille erhält durch andere Elemente des Übens bzw. der Impulse für die Meditation und der inneren Auseinandersetzung Rhythmus und Struktur.
2. Die Vollzugsanstalt/ Sozialtherapie ermöglicht einen Rahmen, in dem die Teil-

nehmenden von den üblichen Vollzugsabläufen freigestellt sind, und bringt ihnen durch die Erlaubnis der Teilnahme an solch einer Maßnahme Wertschätzung und Vertrauen entgegen.

3. Ebenso ist eine wertschätzende und vertrauensvolle Haltung der Leitung Basis der Arbeit. Die Teilnehmenden werden in erster Linie als Übende bzw. Suchende auf einem Lebens-Weg wahrgenommen und nicht primär als „Gefangene“.
4. Freiwilligkeit und eine ausreichende psychische Stabilität sind Voraussetzung.
5. Die Tage der Stille dienen der „Sinnsuche“ und „Sinnfindung“ und stehen jeweils unter einem Thema.
6. Die Einzelnen sind gefordert, sich in dem eröffneten Raum der Stille ihren eigenen Themen zu stellen. Thematische bzw. religiöse Impulse bieten dazu Orientierung.
7. Durch diese Maßnahme soll Inhaftierten der Zugang zu Angeboten ermöglicht werden, wie suchende Menschen in Freiheit sie für sich in Situationen der Krise und Sinnfindung in Klöstern oder Einkehrhäusern aufsuchen können.

2.1 „Kloster im Gefängnis“ in der JVA Schwäbisch Gmünd

In der Übungswoche in Schwäbisch Gmünd, die in Inhalt und Form an Schweigekursen in Klöstern orientiert ist, ziehen die zwölf Teilnehmerinnen in eine eigens dafür bereit gestellte Abteilung um. Folgende Elemente bilden den immer gleichen Tagesablauf, der von sieben Uhr morgens bis um neun Uhr abends geht – mit einer Mittagspause von eineinhalb Stunden, die auf den Zellen verbracht bzw. zum Duschen genutzt wird.

- Das **Sitzen in der Stille** - jeweils zweimal 20 Minuten. Zwischen den Meditationseinheiten gibt es Meditatives Gehen. Jede Teilnehmerin hat die ganze Woche über ihren Platz inne, auf dem sie übt. Die Plätze sind in einem Rechteck angeordnet. Es wird zur Mitte hin meditiert.
- Drei „**Tagzeitengebete**“ am Morgen, Mittag und Abend strukturieren den Tag. Sie finden im Chorgestühl der ehemaligen Klosterkirche statt. Die Gebete sind stark liturgisch geprägt, d.h. auf Wiederholung derselben Lieder, Psalmen und Texte ausgelegt. Im Abendgebet wird aus einem der uns unterstützenden Klöster ein Impuls zum Thema der Woche gelesen.
- Im Sinne von „ora et labora“ ist die **tägliche Arbeitszeit** von eineinhalb Stunden im Schweigen ein wichtiges Element in der „Klosterwoche“. Die anfallende Arbeit als Teil der Übung zu begreifen fördert die Achtsamkeit im Blick auf die alltäglichen Dinge.
- Die verpflichtenden täglichen **Einzelgespräche** von jeweils 10 Minuten dienen dazu, zu sehen, wie es den Einzelnen mit der Übung geht. Zum anderen können die Teilnehmerinnen ihre Fragen klären, Unterstützung für ihren inneren Prozess erhalten, über Erlebtes – z.B. auch Träume, aufkommende Emotionen etc. sprechen und diese dadurch besser integrieren.
- Die Woche steht unter einem **biblischen Thema**, z.B. „Weg durch die Wüste“ oder „Du führst uns in die Weite“. Im Jahr 2011 hieß das Thema in Verbin-

dung mit der Gestalt Maria Magdalenas „Heilung und Umkehr zum Leben“. Maria Magdalena ist eine Frau, die Jesus von „sieben Dämonen“ heilte und die Zeugin der Auferstehung wurde. Die Themen gehen im Hintergrund mit. Sie zielen auf heilende und emanzipatorische Erfahrungen.

- Das **Initiatische Gebärdenspiel** ist eine von Silvia Ostertag entwickelte Arbeit in sechs Grundgebärden (1. etwas wollen, 2. für etwas offen sein, 3. sich von etwas abgrenzen, 4. innehalten, 5. suchen/Unsicherheit aushalten, 6. zu sich stehen). Es ist eine dynamische Methode, innere Themen in einen leiblich erfahrenen Ausdruck zu bringen. Die Teilnehmerinnen erhalten Anstöße dafür, was ihnen fehlt oder schwer fällt bzw. Einsichten in Muster, die sie in ihrer Entwicklung blockieren. Die Methode ist geeignet, Konstrukte deutlich und durchlässig zu machen (z.B. „ich bin das Opfer“, „andere sind schuld“ etc.).
- Die **gemeinsamen Mahlzeiten**, die an den drei durchgängigen Schweigetagen auch im Schweigen eingenommen werden, werden von Tag zu Tag als ein Gemeinschaft stiftendes Moment erlebt. Wir essen an einem mit Tischtüchern schön gedeckten Tisch. Die kleinen Formen der „Alltagsästhetik“ wirken unterstützend für den Gesamtprozess.
- Die Stunde Hofgang wird in der Übungswoche als eine Stunde **Gehen im Freien** in der Stille genutzt. Wie auch für die Arbeitszeit gibt es dazu Übungsimpulse, z.B. „Wie ist es, wenn die Weite des Himmels im Gehen mitgeht?“ Diese Übungsimpulse zielen wie die Stille selbst auf die Qualität eines „absichtslosen Da-Seins“.
- An dieses Gehen im Freien schließt sich eine **Stunde freier Gestaltung** an, in der die Frauen im Übungsraum schreiben oder malen oder mit Ton gestalten können. Oder einfach auf ihrem Platz liegen und ausruhen. Hier wird die Erfahrung vertieft „ich bin eingebettet“.
- Das Sitzen in der Stille ist auch eine Körpererfahrung. Damit Gedanken und Geist zur Ruhe kommen können, ist im Außen völlige Unbewegtheit die Basis der Übung. Unterstützend dafür wirken **Atem- und Körperübungen**, die auf Achtsamkeit und Zentrierung zielen.

Der Abt der Benediktinerabtei Münsterschwarzach, der bei der Entwicklung des Projektes beratend zur Seite stand, sagte über die klare Strukturierung des Tages: Dieser Rhythmus ist wie ein Flussbett, in dem der Strom gehalten ist und fließen kann. Es ist erstaunlich, wie viele Emotionen, die in der Woche ins „Fließen“ kommen von den Teilnehmerinnen in diesem Kontext zugelassen und ausgehalten werden. Das hat nach unserer Erfahrung tatsächlich mit dem klaren tragenden Rahmen und mit der Gemeinschaftserfahrung zu tun, gemeinsam „da durch“ zu gehen. Auch spielt die Haltung der Leitung eine gewisse Rolle. Wir vermitteln den Frauen: „Ihr schafft das!“ Vor allem aber ist es die Qualität der Erfahrung der Stille, die als tragend und zulassend erlebt wird.

2.2 „Einkehrtage“ in der Sozialtherapie Hohenasperg

Die Einkehrtage von drei Tage Dauer auf dem Hohenasperg sollen

- 1) der ressourcenorientierten Selbstreflektion,
- 2) der Annäherung an eigene Kraftquellen,
- 3) der Verbindung mit der eigenen Stärke und
- 4) der Besinnung auf die Zugehörigkeit zu einem größeren Ganzen dienen – sowohl in gesellschaftlicher, als auch in religiöser Hinsicht.

Jenseits vom vollzuglichen und therapeutischen Alltag wird ein Rahmen geschaffen für Stille, Einkehr und Besinnung. Dies dient einer möglichen neuen Wahrnehmung von Teilen der eigenen Geschichte, einem Perspektivenwechsel und der Rückbesinnung auf eigene, teils „verschütt gegangene“ Kraftquellen.

Die einzelnen Tage (von morgens halb neun bis abends neun) haben verschiedene Schwerpunkte:

Der **1. Tag** ist den Teilnehmenden und ihren Ressourcen gewidmet.

Der **2. Tag** den Ressourcen, die in zwischenmenschlichen Beziehungen erfahren wurden/ werden.

Der **3. Tag** den Ressourcen, die in der ganz eigenen Beziehung zu Gott, bzw. zum „Göttlichen“ verborgen liegen.

Jedes Jahr wird ein anderes Thema in den Blick genommen:

Sinnfindung in/durch gelingende(n) Beziehungen: Zu mir selbst, zu anderen, zum „Göttlichen“. (2009); Wie finde ich Sinn im/durchs Tätigsein? (2010).

Die Einkehrtage finden im **Mehrzweckraum** des Gefängnisses Hohenasperg statt. In der Mitte des Raumes ist Platz für einen **Kreis aus Bodenstühlen zum Meditieren** und zum Zusammenkommen für die Austauschrunden nach den Reflexionsphasen. Außerdem sind in einer Ecke des Raums Tische und Stühle für die **gemeinsamen Mahlzeiten** aufgebaut. Dieser Raum ist außerdem groß genug, dass sich jeder Teilnehmer mit einer eignen Isomatte, sowie Decken und schönen Tüchern einen eigenen **Rückzugsort für die Reflexionsphasen** gestalten kann.

Der **tägliche Hofgang** von 1½ Stunden findet im schönen Innenhof des Hohenaspergs statt. Für diese Zeit wird ein Beamter vom AVD benötigt, der sich an der Aufsicht beteiligt, da in dieser Zeit für jeden der Teilnehmenden ein 10 minütiges **Einzelgespräch** mit einer der Leiterinnen stattfindet.

Die **Mahlzeiten** werden gemeinsam im Mehrzweckraum eingenommen. Die Küche liefert für alle vegetarisches Essen. Manche Dinge müssen selbst besorgt werden.

3. Zur Wirkung der Maßnahmen „Kloster im Gefängnis“ und „Einkehrtage“ bzw. der Wirkung der Übung der Stille im Alltag von Inhaftierten und für die Institution

Natürlich wäre hier eine eigene Forschung zu mittel- und langfristigen Wirkungen von großem Interesse, zumal es nach meiner Kenntnis zu Angeboten mit religiösem Hintergrund noch keine Forschung gibt. Die Basis für meine Ausführungen sind Gespräche mit 19 Teilnehmerinnen in Abständen von mehreren Monaten bis zu zwei Jahren nach der Maßnahme, in denen sie nach den Auswirkungen für ihren Alltag und für ihr Leben befragt wurden, sowie Beobachtungen von Psychologinnen/ Psychologen im

therapeutischen Arbeiten mit den Teilnehmenden. Die Ergebnisse hat meine Kollegin Birgit Braun durch Erfahrungen vom Hohenasperg bestätigt bzw. ergänzt.

Folgende Wirkungen werden genannt bzw. beobachtet:

Fast alle TeilnehmerInnen sagten auch in einem größeren zeitlichen Abstand zur Maßnahme, sie könnten dem Alltagsstress gelassener begegnen und sie seien insgesamt ausgeglichener. Das gilt insbesondere für diejenigen, die an den wöchentlichen Meditationsangeboten, die es sowohl in Schwäbisch Gmünd als auch in der Sozialtherapie auf dem Hohenasperg gibt, teilnehmen.

In der JVA Schwäbisch Gmünd gibt es ca. 10 Frauen, die Meditationskissen auf ihren Zellen haben und teilweise täglich meditieren. Auch von den Männern, die an den Einkehrtagen der Sozialtherapie teilgenommen haben, berichten manche, dass sie regelmäßig oder aber auch in Zeiten, in denen sie vom Alltag besonders gestresst sind, meditieren. Als Wirkung regelmäßiger Meditationspraxis wird u.a. benannt, dass sie dadurch besser schlafen können, oft weniger Medikamente benötigen und besser auf Krisensituationen zu reagieren vermögen.

Diese Aussagen decken sich mit den Ergebnissen wissenschaftlicher Studien, die nachweisen konnten, dass regelmäßige Meditation beispielsweise die Konzentration der Stresshormone Adrenalin und Cortisol senkt, Muskelanspannung abbaut, Blutdruck senkt und zu Angstreduktion führt. Jüngste Forschungsergebnisse von Dr. Britta Hölzel (Bender Institute of Neuroimaging von der Justus-Liebig-Universität Gießen) und Dr. Sara Lazar (Psychiatric Neuroimaging Research Program am Massachusetts General Hospital) von Ende 2010 zeigen, dass diesen Phänomenen eine Veränderung der Hirnstruktur durch Meditation zugrunde liegt, die auch z.B. zu mehr Empathie, Wahrnehmungsfähigkeit und sozialer Kompetenz führen. (Untersucht wurden Probanden, die an einem achtwöchigen Kurs des Mindfulness-Based-Stress-Reduction MBSR teilgenommen hatten, s.o.; siehe auch Dokumentation des Kongresses „Meditation und Wissenschaft“ vom 26/27. 11. 2010 in Berlin).

Für ca. zwei Drittel der Teilnehmenden war die Stärkung ihres Glaubens durch die Erfahrung in den Schweigetagen sehr wichtig. Sie seien in einen intensiven bzw. intensiveren Kontakt mit Gott gekommen. Die Gebete hätten sie gestärkt und auch das Wissen, dass in dieser Woche in anderen Klöstern für sie gebetet wurde. Sie würden spüren, dass sie sich auf einem Weg befinden, auf dem sie noch Aufgaben zu lösen, „Steine wegzuräumen“ hätten. Aber sie würden sich dabei nicht mehr so alleine fühlen und sie seien in ihrem Vertrauen gestärkt, dass es eine Zukunft für sie geben kann.

Die Übung der Stille erlebten die Befragten als etwas sehr Dynamisches. Es wurde von allen so erlebt, dass in der Stille viele Gefühle „hochkommen“ und oft sich auch Gedanken im Kopf tummeln. Dass also äußere Stille zunächst innerlich nicht unbedingt still ist. Die Kontinuität des Schweigens würde dann zweierlei bewirken: Dass sich langsam eine innere Ruhe einstelle, die es ermögliche, die Dinge, Gefühle und Menschen, die innerlich auftauchen, zu betrachten. Dass zum anderen sich mit der Zeit ein Gefühl des „Getragen-Seins“ einstelle.

Die Erfahrung in der Gruppe ist sehr positiv bewertet worden. Die Frauen aus Schwäbisch Gmünd berichten: In der Gruppe sei ein guter Zusammenhalt, denn man wisse, dass an-dere auch durch Erfahrungen gehen, die nicht einfach sind. Es sei

erstaunlich, wie man sich in diesem Kontext mit dem gemeinsamen Ziel des Schweigens darauf einlassen könne.

Die Männer und die Frauen berichten, es hätte einfach auch Freude gemacht, sich in einem anderen Kontext anders zu erleben, zusammen zu essen, etc. Es sei eine gute Erfahrung, dass man in der Stille zwar verbunden sei, aber doch in Ruhe gelassen werde. Dass niemand an einem „rummache“. Die Männer aus der Sozialtherapie meinten außer-dem es sei wohltuend gewesen zu erleben, wie achtsam alle miteinander umgegangen sind und wie viel Wertvolles und bis dato noch nie zur Sprache Gekommenes sie in diesen Tagen in guter Weise mit den anderen teilen, bzw. diesen mitteilen konnten.

„Man hat in dieser Zeit oft gar nicht den Eindruck, im Gefängnis zu sein“, gaben viele hinterher an. Das Vertrauen und die Wertschätzung der Anstaltsleitung der Maßnahme und den Teilnehmenden gegenüber wurden als bestärkend erlebt. Auch „Kleinigkeiten“ wie Ästhetik z.B. in Form von weißen Tischdecken (wie in einem Tagungshaus!) oder das sehr abwechslungsreiche und mit Sorgfalt zusammengestellte Essen, bei dem es auch immer mal wieder etwas gab, was es sonst im Vollzug nicht gibt, wurden in diesem Zusammenhang als Wertschätzung erlebt.

Die Wirkung der Stille zusammen mit dem skizzierten Rahmen ergab für viele ein gesteigertes Gefühl der Achtsamkeit: Für „Kleinigkeiten“ des täglichen Lebens, für ihren Körper, für ihre Umwelt. „Das Schweigen ist herrlich“ sagte eine, „man wird achtsamer den kleinen Dingen und den Menschen gegenüber.“ „Ich konnte seit langem wieder einmal meinen Körper wahrnehmen und genießen“ sagte eine andere. „Ich war drei Tage bei mir und habe mich selbst wieder neu wahrgenommen“ meinte ein Mann aus der Sozialtherapie.

Befragt nach der Relevanz im Blick auf ihre Lebensgeschichte und die Taten, die sie ins Gefängnis brachten, sagten viele, auch hier hätten sie in der Stille eine viel höhere Bewusstheit entwickelt. Sie hätten deutlicher wahrnehmen können, was „schief gelaufen“ sei. Gleichzeitig sei es besser möglich gewesen, den Schmerz darüber zu ertragen, ohne wieder in ein tiefes Loch zu fallen. „Ich bin zwei Jahre lang immer nur in ein tiefes Loch gefallen, wenn ich mich mit der Tat beschäftigt habe. In der Stille war das zwar alles da, auch der Schmerz. Aber ich bin nicht in dieses Loch gefallen. Es ist durchgetragen worden. Man wird durchgetragen. Das hat sich danach auch nicht mehr verändert.“ So zieht eine Bilanz und sagt, sie könne durch die Erfahrung der Meditation nun mit einer besseren Basis an die Tataufarbeitung gehen. „Erst einmal brauche ich die Sicherheit, dass ich die Auseinandersetzung schaffe.“ Auch hier wurde die Bedeutung der Gruppe genannt. Die Gruppe habe Sicherheit und einen „gestärkten Hintergrund“ für schwierige Situationen bereit gestellt.

Diese Erfahrung ist auch durch die behandelnden Psychologinnen in Schwäbisch Gmünd bzw. in einem Fall von einer externen Therapeutin bestätigt worden. Die Teilnahme an der Maßnahme habe den Therapieprozess sehr positiv bestärkt bzw. neue Phasen ermöglicht. Ähnliches berichteten zum Teil auch die Psychologen der Sozialtherapie. „Eine Woche Schweigen bringt wohl so viel wie drei Jahre Gespräche“ sagte eine Kollegin, die auch Erfahrungen mit Naikan gemacht hatte. In der Seelsorge mache ich die Beobachtung, dass sich Frauen mit der Erfahrung der Übung der Woche, oft verstärkt durch die wöchentliche Übung, offener und furchtloser bedrängenden Themen stellen können und ein größeres Vertrauen gewinnen, „dass es noch

gut mit ihnen werden kann.“ Besonders beeindruckt bin ich von den heilsamen Prozessen, die bei Frauen mit Kindstötungsdelikten angestoßen worden sind. Hier sind ja viele Themen übereinander gelagert, von anfänglich oft hoch ausgeprägter Suizidalität, enormen Schuldgefühlen, dem Begegnen der Aggressionen und Projektionen anderer bis hin zu großer Trauer und einem Abschied von der Mutterrolle.

Von vielen TeilnehmerInnen werden die Schweigetage als eine Erfahrung des Weges bzw. als „Durchgang“ erlebt. Fast alle haben eine gewisse Furcht oder zumindest Respekt vor dem Schweigen. Sie erleben zunächst durchaus beunruhigende Momente von innerer Unruhe und Aufgewühlt-Sein etc: „Du kannst dann nicht entweichen, du musst dich der Stille stellen, und das ist nicht nur angenehm. Aber wenn man da durchgeht – dann ist das gut. Das bleibt auch danach, dass man das Gefühl hat, ich bin da jetzt durchgegangen. Das gibt unheimliches Zutrauen.“ Auch danach sagen manche Teilnehmerinnen, sie hätten das Gefühl für den Weg, auf dem sie sind, nicht verloren: „Ich kann nicht sagen, ich wäre fertig – mit jeder neuen Erfahrung kommt eine neue Sichtweise hinzu, ich merke dann, jetzt bin ich auf einem Weg – auf *meinem* Weg.“

Innerhalb der Anstalt wird die Meditationswoche sowohl von Mitgefangenen als auch von Bediensteten aufmerksam wahrgenommen. Der Respekt dafür überwiegt den Spott. Das positive Interesse von Bediensteten war so groß, dass es im Jahr 2009 ein dreitägiges ähnliches Angebot in einem Kloster für 18 von ihnen gab. In den Werkbetrieben und teilweise auch auf den Abteilungen habe die Ruhe, die die Teilnehmerinnen erlebt hatten und noch eine Zeit lang ausstrahlten, „abgefärbt“. Der mit der Woche verbundene organisatorische Mehraufwand wurde mitgetragen.

Die Anstaltsleiterin der JVA Schwäbisch Gmünd, Leitende Regierungsdirektorin Sibylle von Schneider-Holl, von mir befragt, warum sie in ihrer Anstalt den Aufwand für eine „Klosterwoche“ für lohnenswert hält, sagt dazu folgendes: Sie verstehe sich als „Dienstleister“, der für die Gefangenen ein möglichst gutes Angebot im Vollzug bereitzustellen habe. Deshalb prüfe sie bei solch einem Angebot zweierlei: Ob es sinnvoll und ob es machbar sei. Sinnvoll und hilfreich für die Gefangenen sei es aus ihrer Sicht deshalb, weil sich die Inhaftierten im Vollzugsalltag üblicherweise zu wenig mit den Ursachen ihrer Straftaten auseinandersetzen würden. Zusammen mit dem Sühnedenken sei dies jedoch für sie eines der wesentlichen Ziele des Strafvollzuges. In den Schweigetagen könnten die Frauen das Unangenehme nicht mehr wegschieben, nicht davor weglaufen. Sie hätte daher die Hoffnung, dass in solch einer Maßnahme Prozesse des Nachdenkens in Gang kommen, weil die Frauen selbst die Motivation haben, sich zurückzuziehen und sich der Stille und den damit verbundenen Prozessen zu stellen. Sie würde es unterstützen, wenn bei Inhaftierten die Einsicht in solch eine innere Notwendigkeit vorhanden sei. Die Anstaltsleiterin war in den Abendandachten präsent und kam am Ende der Woche zu einem Auswertungsgespräch dazu.

Die Übung der Stille als Freiheitsprozess: Zusammenfassend möchte ich die Punkte benennen, die aus dem Gesagten eine solche Qualifizierung rechtfertigen.

1. Durch den veränderten Rahmen und die Konzentration auf eine Übung, die zunächst nichts mit dem Vollzug zu tun hat, sondern in einen spirituellen Kontext eingebunden ist, tritt der Vollzugsalltag sehr schnell und sehr weitrei-

chend in den Hintergrund. Dies eröffnet einen großen Freiraum für innere Prozesse, die sonst durch die unterschiedlichen Muster der „Frontstellung“ zum Vollzug blockiert sind.

2. Die Übung der Stille selbst und der anderen Elemente ermöglicht zunehmend eine innere Freiheit, sich unangenehmen Dingen und Gefühlen zu stellen. Sie eröffnet die Erfahrung, dass der oder die Übende erst einmal „da sein darf“, ohne kommentiert zu werden oder sich selbst permanent zu kommentieren/abzuwerten. Diese Erfahrung ist die Basis für ein Zulassen von Schmerz, Scham und Schuld, ohne dies sofort wegschieben zu müssen.
3. Theologisch gesprochen ist dies die Prämisse von „Evangelium vor Gesetz“ - erst wenn sich der Mensch angenommen bzw. freigesprochen fühlt, ist er in der Lage, sich in Freiheit seiner Verantwortung zu stellen. Diese Dimension ist für verurteilte Menschen von immenser Bedeutung. Nur von einer Akzeptanz des eigenen Lebens aus, gerade auch mit seinen schlimmen, abgründigen und unverständlich bleiben-den Seiten, ist echte Veränderung möglich. Das bedeutet gerade nicht, dass das Geschehene „billig“ toleriert wird, sondern dass es angeschaut und ausgehalten werden kann im Lichte der guten Botschaft: „Du darfst da sein, es ist dir vergeben“ - denn das bedeutet „Evangelium“.
4. Der Übungscharakter der beiden Angebote birgt in sich ein weiteres wichtiges Potential für Freiheitsprozesse: Es wird die Erfahrung eines eigenen, inneren Weges durch regelmäßige Übung angeboten. Seien es Gebärden, die weiter im Alltag geübt werden, Atemübungen, die tägliche Übung der Stille oder das wöchentliche Meditationsangebot. Die Einzelnen bekommen ein Instrumentarium an die Hand, im Alltag weiter Erfahrungen mit sich selbst zu machen, die sie persönlich weiter bringen und unterstützen. Sie machen zum einen die Erfahrung, Teil von etwas zu sein, und zum anderen, sich auf einem Weg zu befinden. Beide Momente tragen ein emanzipatorisches Entwicklungspotential in sich. Die Zeit im Gefängnis wird stärker und vertiefter als Lebens-Zeit erlebt.
5. Für religiös geprägte oder ansprechbare Menschen ist ein spirituelles Angebot die Möglichkeit der Verankerung und der Verortung der eigenen Biografie. In manchen oder vielen Leben wirkt die vermittelte Religiosität repressiv oder blockierend. Dies soll nicht verschwiegen werden. In den Angeboten, die vorgestellt wurden, wird christlicher Glaube und religiöse Übung als Möglichkeit, nicht missionarisch angeboten. Für einen Teil der Teilnehmenden bedeutet die Verbindung mit der transzendenten Dimension eine Stärkung und Trost. Hierin ist das Zusammenspiel von Bindung und Freiheit angesprochen.
6. Ob es der Raum der Stille oder die spirituelle Dimension ist – es entsteht in den vorgestellten Angeboten etwas „Drittes“, das Freiraum zwischen den Einzelnen und der Institution Gefängnis schafft. Es entsteht so etwas wie ein „Sicherer Ort“ oder auch ein zulassender Raum, in dem das Thema der Inhaftierung nicht blockierend wirkt. Dieser Zwischenraum zwischen dem Herrschaftsraum der Institution und dem ihr unterworfenen Individuum ist nach meiner Wahrnehmung ein wesentliches Moment zur Möglichkeit der Entstehung und Entfaltung von freiheitlichen Prozessen innerhalb des Vollzuges.

4. Ausblick: Von den Erfahrungen zur Vision

Es gibt zwei kleine Meldungen, eine aus Norfolk/ USA und eine aus Georgien, die ich für eine weiter gehende Vision interessant finde: In einem Langstrafengefängnis für Männer in Norfolk, in dem seit 12 Jahren eine Dominikanerin Gefängnisseelsorge treibt, haben sich 40 Männer innerhalb des Gefängnisses als geistliche Gemeinschaft nach dominikanischem Vorbild organisiert. In Georgien gibt es ein Pilotprojekt, das Häftlingen die Möglichkeit bieten soll, ihre Strafe statt im Gefängnis im Kloster abzusitzen. Das zuständige georgische Justizministerium sprach in diesem Zusammenhang von der „Liberalisierung der Strafverfolgung“ und der „Festlegung neuer Verfahren der Resozialisierung“. Ich will hier nicht der Zwangsmissionierung von Menschen, die staatlicher Gewalt unterworfen sind, das Wort reden. Es wäre ein eigenes Thema, die Parallelen in der Ausübung von Macht und Gewalt durch erzwungenen Gehorsam in Klöstern und Gefängnissen zu thematisieren, wie Michel Foucault das beispielsweise getan hat. Was ich mit diesen Beispielen anregen möchte, ist der Mut, auch Formen *außerhalb* des Strafvollzuges zu entwerfen, die unsere *im* Vollzug gemachten positiven Erfahrungen ernst nehmen und weiter denken. Unsere Erfahrung ist es, dass sich Inhaftierte oft auch seelisch oder spirituell nach einer sinnvollen Nutzung der Zeit ihrer Strafe sehnen – dass aber der Impuls zu „Umkehr“ und Neuorientierung im Alltag des Vollzuges verschüttet wird. Das ist ein ernst zu nehmendes Phänomen, das eine echte Frage an uns aufwirft.

Warum sollte es nicht sinnvoll und machbar sein, dafür geeigneten und motivierten Straftäter/innen alternativ zum Strafvollzug oder nach einer Teilverbüßung ihrer Strafe begleitete Übungswege in die Freiheit anzubieten: Warum können wir uns nicht geistliche Gemeinschaften oder Klöster vorstellen, die bereit sind, StraftäterInnen zu integrieren? Historisches Beispiel ist der von Pater Lataste im 18. Jahrhundert gegründete Orden der Dominikanerinnen von Bethanien, den es in der Schweiz, in Deutschland und in Frankreich gibt. Oder warum könnten wir nicht die Erfahrung des Pilgerns, das vielen heutigen Menschen neue Einsichten über sich selbst und Perspektivwechsel im Leben ermöglicht, auch straffällig gewordenen Menschen in bestimmten Formen zugänglich machen? Wahrscheinlich, weil es die Sicherheitsdiskussion befeuern würde. Weil es nicht einfach, zu personal-intensiv und somit zu teuer wäre. Doch die Form des Strafvollzuges, wie wir sie momentan haben, hat ebenfalls einen immens hohen Preis. Das ist heute an anderer Stelle deutlich geworden. Lassen Sie uns also gemeinsam für unsere Visionen weiter gehen!

„KLOSTER IM GEFÄNGNIS“
 SCHWEIGEWOCHE VOM 18. BIS 23. 6. 2012
 IN DER JVA SCHWÄBISCH GMÜND

Pfarrerin Susanne Büttner, Himmelfahrt, 17. Mai 2012

Thema aus Psalm 139:

Nähme ich Flügel der Morgenröte ... - Gottes Gegenwart in meinem Leben

Leitung: Susanne Büttner (Pfarrerin, Meditationslehrerin)

Heike Rosengarth-Urban (Juristin, Kontemplations- und Gebärdenspiellehrerin)

Leitmotive der Woche:

- Die Gegenwart Gottes, die mein ganzes Leben in allen seinen Bereichen durch-wirkt, in der ich sitze, stehe, gehe und liege.
- Der freundliche Blick des Gottes, der mich wollte; ein Blick, der freundlich auf mir ruht.
- Das eigene Erkennen: „Ich bin wunderbar gemacht!“ - Stärkung des Selbstwertes.
- Weite (nähme ich Flügel der Morgenröte) und Vertrauen (Finsternis ist wie das Licht).
- Orientierung im Lichte der Gegenwart Gottes (Erforsche mich, Gott, ...)

Überlegungen zum Thema:

Menschen, die aufgrund einer Straftat für längere Zeit in einer Haftanstalt leben müssen, kennen viele Formen der Verurteilung: Sie haben ein Gerichtsverfahren durchlaufen, in dem ihre Tat und Teile ihres Lebens ins Licht der Öffentlichkeit gestellt und be- bzw. verurteilt wurden. Sie sind für die Zeit ihrer Strafe vom gesellschaftlichen Leben ausgeschlossen und erleben dies auch als Urteil der Gesellschaft über sie als die „Bösen“ (und die Gesellschaft braucht offensichtlich diese Einteilung in „Gute“ und so genannte „Böse“ auch). Oft erleben sie Brüche in ihren familiären, sozialen Bindungen. Beziehungen stehen auf dem Spiel oder gehen in die Brüche. Nicht zuletzt haben viele der inhaftierten Frauen einen sehr strengen inneren Richter und ein geringes Selbstwertgefühl. Sie verurteilen sich selbst und werten sich selbst stark ab – und kompensieren diese Selbstabwertung oft im Außen durch die Abwertung anderer. Im Haftalltag spielen Bewertungen und Verurteilungen des „Anderen“ eine noch größere Rolle als im so genannten „normalen“ Leben. Denn es ist nicht leicht, mit den vielen Situationen der erzwungenen Unterordnung, der Entmündigung

und der Ohnmacht umzugehen. So ist es naheliegender Weise auch nicht leicht, sich als Inhaftierte (innere wie äußere) Räume zu schaffen, in denen ein vorurteilsfreier oder gar wertschätzender Blick auf das eigene Leben möglich wird. Ein solcher Perspektivwechsel ist jedoch eine wichtige Voraussetzung für heilsame Prozesse der Aufarbeitung von Schwierigem und Schmerzhaftem im Leben. Die Auseinandersetzung mit der eigenen Biografie und der Tat spielt nicht nur für den Vollzug, sondern auch in der Seelsorge eine große Rolle. Ein biblisch-geistlicher Zugang dazu geht jedoch immer zuerst von der Annahme des Menschen durch Gott aus. Dies ist die Basis für Veränderung.

In Psalm 139 wird der erforschende und uns erkennende, aber wohlwollende Blick Gottes auf unser Leben in verschiedenen Bildern bezeugt. Es ist kein vernichtender Blick, sondern einer, auf den die Beterin und der Beter antworten können: „Ich danke dir dafür, dass ich wunderbar gemacht bin!“ (Vers 14). Es wird die Erfahrung ausgesprochen, dass sowohl die Dimension des Raumes als auch der Zeit, in die unser Leib und Leben gestellt ist, ganz von Gottes Gegenwart erfüllt und durchwirkt ist. Es gibt nichts, was aus dieser Gegenwart herausfiele – also auch nicht die schlimmen Momente des Daseins, auch nicht die Schuld.

Es ist eine bereits gemacht Erfahrung aus den vorhergehenden drei Schweigewochen im Gefängnis, dass die Übung der Stille eine tragende und eine konfrontierend-reinigende Seite hat. Insofern verbindet sich mit der Wahl dieses Themas die Hoffnung, dass die Prozesse der Einzelnen in der Stille angeregt und begleitet werden durch den freundlichen und gleichzeitig ehrlichen Blick von innen. Er wird die Begegnung mit Gefühlen, auch Ängsten, zulassen und Wandlung ermöglichen.

Der Text: Psalm 139

(nach Luther-Übersetzung)

- 1 Herr, du erforschest mich
und kennest mich.
- 2 Ich sitze oder stehe auf, so weißt du es;
du verstehst meine Gedanken von ferne.
- 3 Ich gehe oder liege, so bist du um mich
und siehst alle meine Wege.
- 4 Denn siehe, es ist kein Wort auf meiner Zunge,
das du, Herr, nicht schon wüsstest.
- 5 Von allen Seiten umgibst du mich
und hältst deine Hand über mir.
- 6 Diese Erkenntnis ist mir zu wunderbar und zu hoch,
ich kann sie nicht begreifen.
- 7 Wohin soll ich gehen vor deinem Geist,
und wohin soll ich fliehen vor deinem Angesicht?
- 8 Führe ich gen Himmel, so bist du da;
bettete ich mich bei den Toten, siehe, so bist du auch da.
- 9 Nähme ich Flügel der Morgenröte
und bliebe am äußersten Meer,
- 10 So würde auch dort deine Hand mich führen
und deine Rechte mich halten.

- 11 Spräche ich: Finsternis möge mich decken
 und Nacht statt Licht um mich sein -,
 12 so wäre auch Finsternis nicht finster bei dir,
 und die Nacht leuchtete wie der Tag.
 Finsternis ist wie das Licht.
 13 Denn du hast meine Nieren bereitet
 und hast mich gebildet im Mutterleibe.
 14 Ich danke dir dafür,
 dass ich wunderbar gemacht bin;
 wunderbar sind deine Werke;
 das erkennt meine Seele.
 15 Es war dir meine Gebein nicht verborgen, /
 als ich im verborgenen gemacht wurde,
 als ich gebildet wurde unten in der Erde.
 16 Deine Augen sahen mich,
 als ich noch nicht bereitet war,
 und alle Tage waren in dein Buch geschrieben,
 die noch werden sollten und von denen noch keiner da war.
 23 Erforsche mich, Gott, und erkenne mein Herz;
 prüfe mich, und erkenne, wie ichs meine.
 Und sieh, ob ich auf bösem Wege bin,
 und leite mich auf ewigem Wege.

Entfaltung des Themas im Lauf der Woche

An jedem Tag der Woche wird ein Teilaspekt des Themas entfaltet und vertieft. Dies geschieht in einem Impuls in der Morgenandacht, in kurzen Impulsen zum Sitzen in der Stille, ggf. zu den Impulsen für die Arbeitszeit und dem Gehen im Freien in der Stille und v.a. in den Einheiten im Initiatischen Gebärdenspiel. Die Abendandacht am Vorabend geht inhaltlich bereits auf dieses Tagesthema des nächsten Tages ein, so dass wir diesen Impuls aufgreifen können.

Folgende Einteilung ist geplant:

Montag, 18. Juni

Psalm 139, 1-3

An diesem Tag haben die Frauen noch gearbeitet und sind umgezogen in die nun dafür ausgestattete „Klosterabteilung“. Es ist der Abend des Ankommens, auch innerlich. Am ersten Tag wird uns der tragende Grundgedanke der Gegenwart Gottes in diesem Sitzen, Liegen, Gehen, Stehen des Übens begleiten. Denn die Übung der Stille repräsentiert das ganze Leben. Die Klosterwoche wird für alle Beteiligten ein Weg sein, vor dem die meisten am Anfang großen Respekt bis Furcht haben („halte ich die Stille aus, schaffe ich das, durchzuhalten?“). Deshalb ist es tröstlich zu hören: „du bist um mich und siehst alle meine Wege“ - auch diesen Weg, dieses Wagnis JETZT.

Gruß-Worte:

Sr. Sabine Götz für den Orden der Vinzentinerinnen

Pfarrerin Henrike Schmidt für den Evang. Kirchenbezirk Schwäbisch Gmünd

Dienstag, 19. Juni

Psalm 139, 7-12

Am zweiten Tag der Woche wird es um das Thema „Suchen und Gehalten Sein“ gehen. Die Weite und die Größe des Menschen sind angesprochen in dieser großen Raumbesetzung, aber vor allem auch seine Abgründe. („Wohin soll ich fliehen vor deinem Angesicht ... bettete ich mich bei den Toten, siehe, so bist du auch da“). Dies ist eine Seins-Erfahrung, die die allermeisten der Teilnehmerinnen – sehr viele davon mit Tötungsdelikten – kennen. Der erfahrene Abgrund, die begangene Schuld sind so schrecklich, dass es keinen Bereich des Lebens gibt, der davon verschont bliebe. Die Suche nach Sinn scheint in solcher Lage hoffnungslos. Doch kennen viele auch diese andere Erfahrung: Dass es inmitten des Ausgeliefert-Seins oft ein Aufscheinen der ganz anderen Wirklichkeit (Gottes) gibt „Finsternis ist wie das Licht“, da wo man selbst an seine absolute Grenze stößt. An der Grenze („äußerstes Meer“, „Totenreich“), da kommt es oft überraschend zu einer Begegnung mit dieser unzerstörbaren Dimension in uns, die wir „Gott“ nennen.

Gruß-Wort:

Benediktinerabtei Münsterschwarzach

Mittwoch, 20. Juni

Psalm 139, 13-16

Am dritten Tag geht es um das große Thema des Gewollt- und Angenommen-Seins. Gott sah und wollte mich bereits, bevor ich im Mutterleib gebildet wurde. Es geht damit um das Thema einer möglichen Heilung von Verletzungen durch die Erfahrung, als Kind nicht gewollt und geliebt gewesen zu sein (bzw. dies so erlebt zu haben). Viele der Frauen haben Gewalterfahrungen im familialen Umfeld erlebt oder die Erfahrung emotionaler Vernachlässigung gemacht. Die Folge ist oft ein beschädigtes Selbstwertgefühl und das Muster, sich wieder schädigende Strukturen zu suchen, sich selbst und andere zu schädigen. Vor diesem Hintergrund muss für manche der Vers: „Ich danke dir dafür, dass ich so wunderbar gemacht bin!“ wie eine Provokation klingen. Doch ist es ermutigend, dass viele Teilnehmerinnen der vorhergegangenen Klosterwochen in der Auswertung sagten: Ich konnte mich, auch in meinem Körper, endlich einmal annehmen.

Gruß-Wort:

Kloster der Franziskanerinnen der ewigen Anbetung Schwäbisch Gmünd

Donnerstag, 21. Juni

Psalm 139, 1-6; Schwerpunkt auf Vers 5

Am letzten ganzen Schweigetag wird die Fülle und Dynamik der vorangegangenen Tage „gerundet“. Daher kommt nochmals ein Rückgriff auf den Beginn des Psalmes, alles bis dahin Erlebte wird erneut in den Zuspruch der Gegenwart Gottes gestellt. Zum Ende der Woche hin – so ist die Hoffnung, die sich auf unsere Erfahrung gründet – wird sich diese Erfahrung der erlebten Gegenwart Gottes immer mehr mit Höhen und Tiefen gefüllt und vertieft haben. Nicht zuletzt auch durch ein wachsendes Vertrauen in das eigene Durchhaltevermögen und in das getragen-Sein durch die Gruppe. Daher werden die Teilnehmerinnen den Vers „Von allen Seiten umgibst du mich und hältst deine Hand über mir“ ganz neu und mit Beziehungs-Erfahrung gefüllt hören. Es wird gut sein, diese Erfahrung und Zusage am Ende der Woche nochmals bestärkend zu unterstreichen.

Gruß-Wort:

Pfarrer Matthias Gössling für das Berneuchener Haus Kloster Kirchberg

Freitag, 22. Juni

Psalm 139, 23f

Am Ende steht das „Wort für den Weg“, auch eine Art innere Überprüfung des Weges, den jede in der Woche mit sich, den anderen und Gott zurückgelegt hat. Wo hat mir die Woche neue Erkenntnisse über mich, neuen Mut, aber auch schmerzhaftes Erkennen gebracht? Wohin gibt mir das Impulse? Angesprochen ist auch die Sehnsucht, die mit einer Motivation für die Teilnahme an solch einer Klosterwoche sein kann, in Zukunft nicht mehr auf „bösem Wege“, sondern auf „ewigem Wege“ zu gehen, also nicht mehr in die Irre zu laufen, sondern in seinem Leben eine Richtung und einen Sinn zu spüren. An der Schwelle zurück in den Haftalltag steht natürlich auch die Herausforderung, das Erlebte mit hineinzunehmen in den „ganz normalen Wahnsinn“ des Vollzuges, die Angst, sich wieder (darin) zu verlieren. Gottes Wegbegleitung wird wichtig sein und das Vertrauen darin, dass das Erfahrene uns weiter mit der ewigen Dimension der Liebe Gottes verbindet und weiter in uns wirkt. Wir müssen es nur weiter zulassen und Räume dafür schaffen.

Gruß-Wort:

Sr. Irmgard für die Dominikanerinnen von Bethanien, St. Niklausen/ Schweiz

Tagesablauf der Woche „Kloster im Gefängnis“ in Gotteszell

(JVA Schwäbisch Gmünd)

6.00 Uhr	Wecken
7.00 Uhr	Leibübung/ 2 x 20 Minuten Sitzen in der Stille
8.00 Uhr	Morgengebet in der Kirche
8.20 Uhr	Frühstück
8.45 Uhr	Arbeitszeit (Gemüse Putzen, Spülen, Gartenarbeit, Hof fegen) und Einzelgespräche
10.15 Uhr	Pause
10.30 Uhr	Körperimpuls; 2x 20 Minuten Sitzen in der Stille
11.50 Uhr	Mittagsgebet in der Kirche
12.00 Uhr	Mittagessen
12.45 Uhr	Mittagspause auf der Abteilung mit der Möglichkeit zu Duschen
14.30 Uhr	Initiatives Gebärdenspiel danach/ dazwischen Kaffeepause
16.30 Uhr	Gehen im Freien
17.40 Uhr	Freies Gestalten im Meditationsraum (Malen, Schreiben, Tönen)
18.40 Uhr	Vorbereitung zum Abendgebet und zum Abendessen
19.00 Uhr	Abendgebet in der Kirche
19.30 Uhr	Abendessen
20.00 Uhr	Abendrunde (Blitzlicht) , 2x 20 Minuten Sitzen in der Stille
20.55 Uhr	Nachtgebet im Meditationsraum
21.00 Uhr	Abschluss des Tages Möglichkeit, auf der Abteilung zu duschen
22.00 Uhr	Nachtruhe

EIN RAUM IM RAUM

Pfarrer Dr. Tobias Müller-Monning, JVA Butzbach

„Wie Herr Pfarrer, der hält die Klappe, eine Stunde lang, das glaube ich nicht!“ solche oder ähnliche Sätze, die die eigene Verwunderung ausdrückt, habe ich von Bediensteten als Kommentar auf die Übung der Stille im Kirchraum der JVA Butzbach gehört. Nichts Ungewöhnliches, weil Schweigen offenbar ungewöhnlich ist. Noch ungewöhnlicher das freiwillige Einwilligen von Gefangenen in einen ungewöhnlichen und manchmal beschwerlichen Übungsweg. Seit September vergangenen Jahres haben wir, in der Regel sechs bis sieben inhaftierte Mitbrüder und ich, den Raum der Stille zweiunddreißigmal gemeinsam betreten und ihn nach gut einer Stunde wieder verlassen. In diesem kurzen Essay soll die Erfahrung in ihrer äußeren und inneren Struktur beschrieben werden. Am Ende steht der Versuch einer theologisch-soziologischen Einordnung dieser Praxis.

Die äußere Struktur der Übung der Stille

Stille ist die bewusste Abwesenheit des gesprochenen Wortes, Gesanges, von Lauten, von Geräusch, sowohl aktiv, also von mir selbst ausgehend, als auch passiv vom äußeren Raum also ausgehend. Stille ist *ein Raum im Raum*, der in eine zeitliche Abfolge eingebunden zu einem Zwischenraum wird. Gleichzeitig stellt das bewusste Gehen/Betreten der Stille einen eigenen Ort in einem eigenen Raum dar. Das Initiieren, das „Hinein-gehen“ stellt jedes Mal einen neuen Anfang dar, der zwar mit der zunehmenden Erfahrung bekannter wird, dennoch immer wieder erneut der Initiative bedarf, es auch wirklich zu tun. Das bewusste Nicht-Tun ist ein aktives Handeln.

Strukturiere ich die Zeit-Raum Relation eines Tages so, dass der Zwischenraum zum



Hauptraum wird, geschieht eine Umkehrung. Die Räume außerhalb der Stille werden zum Zwischenraum, zum Ort zwischen zwei Räumen der Stille. Die Stille wird damit zum Lebensraum. Jede klösterliche Gemeinschaft erzeugt bewusst diese Wirkung. Damit wird sie zu einer Abwendung von den Orten der normalen Gesellschaft, des normalen Erlebens, ein Raum im Raum.

Es ist *eine Unterbrechung des Normalen und Normierten*. Theologisch gesprochen eine Körper-Geist-Einheit, die die Botschaft der Wortverkündigung versucht in eine Körpererfahrung zu transferieren.

Es ist immer *ein Übergang*, der liturgisch begleitet wird. Übergänge sind Grenzerfahrungen, auf der Grenze und im Übergang erfahre ich mich als ganz. Gerade Ge-

fangene sind Grenzgänger, Grenzüberschreiter, der eigenen und vor allem fremder Grenzen oft unbewusst. Bei der Übung der Stille wird die Grenze mit Hilfe des Gongs / und zweier Klang-Hölzer markiert.

Wir sitzen im Stile des Zen. Entweder auf Kniebänkchen, im Lotussitz oder auf einem Stuhl. Die Übung beginnt mit dem Eintreffen der Teilnehmer. Der äußere Raum wird gemeinsam vorbereitet. Als Unterlage dient jedem eine Decke, eine freundliche Leihgabe der Kammer. Die Kniebänkchen sind in der Schreinerei der Anstalt hergestellt worden. Jeder Teilnehmer baut seinen Platz auf. Die Anordnung geschieht im Rechteck. In die Mitte wird eine Altarkerze gestellt und entzündet. Oft geschieht bereits dieser gemeinsame Aufbau bei einigen im Schweigen.

Je nach „Ankommen“ der Gruppe ist es nötig erst mit einer Körperübung zu beginnen, um die nötige innere Ruhe und das nötige Körperbewusstsein zu ermöglichen. Hierzu können einfache Elemente aus dem Qui Gong und dem Tai Chi verwendet werden. Denkbar und möglich sind auch der „bodyscan“ aus der mindfulness based stress reduction nach Jon Kabat Zinn, oder andere Bewegungs- und Wahrnehmungselemente.

Eine Anleitung zum zeitlichen Ablauf, zum Sitzen, also zur Haltung des Körpers und zum Atem gehört mit dazu. Der/die Anleitenden sind verantwortlich für eine Gewährleistung der äußeren Struktur der Übung. Die Konzentration auf den Atem, entweder auf das Ein- und Ausatmen oder das Zählen der Atemzüge ermöglicht es in eine entspannte Tiefe bei der Übung zu gelangen. Möglich ist auch die Konzentration auf ein Kraftwort aus der Bibel oder einen kurzen Psalmvers.¹

Die äußere Haltung des Körpers ist eine möglichst gerade Wirbelsäule, wobei der Schwerpunkt unterhalb des Bauchnabels liegen soll, mit leichten Schultern. Die linke Hand liegt in der rechten, die beiden Daumen berühren sich und zeigen nach oben. Die Augen sind geöffnet und blicken in einem Winkel von ca. 45 Grad nach vorne, Sehen ohne zu sehen. Die Aufmerksamkeit auf den Atem wird während der Stille möglichst ungebrochen aufrechterhalten.



Die Gruppe sitzt zweimal 20 Minuten. Nach dem ersten Sitzen gehen wir ca. fünf Minuten im Kreis, dabei schweigen wir ebenfalls. Die rechte Hand ruht dabei auf dem

¹ Siehe Thomas Keating (2010), Das Gebet der Sammlung. Einführung und Begleitung des kontemplativen Gebetes.

Solar Plexus und wird von der linken Hand überdeckt, die Ellbogen sind leicht nach außen gekehrt, der Blick geht nach vorne.

Die Männer stehen vor Beginn der Übung nach der Vorbereitung im Schweigen vor ihren Plätzen. Ein Gebet wird gesprochen und die Bitte geäußert, dass Gott uns in den Raum der Stille begleitet. Dann ertönt das Klangholz, ein lauter durchdringender Klack, wir verbeugen uns und setzen uns auf unseren Platz. Danach ertönt dreimal die Klangschaale und wir betreten gemeinsam den Raum der Stille für die ersten zwanzig Minuten.

Die Übung wird unterbrochen durch ein zweimaliges Ertönen der Klangschaale und das Klangholz. Danach stellen sich die Männer vor ihrem Platz auf und warten erneut auf das Klangholz, das den Beginn des Gehens markiert, nach ca. fünf Minuten ertönt es erneut und wir verbeugen uns wieder und setzen uns dann hin. Die Klangschaale ertönt dreimal als Zeichen des Überganges in den Raum der Stille. Zum Ende ertönt die Klangschaale einmal. Danach wird erneut ein Gebet gesprochen und ein Segens-



wort für die Nacht. Die Übung endet damit, dass jeder Teilnehmer in einem eigens dafür angeschafften Buch seinen Namen schreibt, ein kleines Ritual zum Schluss. Manchmal gibt es von meiner Seite noch Abkündigungen. Das Empfinden beim Auseinandergehen ist ein Empfinden eine gemeinsame Wegstrecke kurz aber intensiv miteinander gegangen zu sein.

Die innere Struktur der Übung der Stille

Der Innenraum, die Welt der Gedanken und Imaginationen, des Unbewussten und Vorbewussten ist manchmal gar nicht oder nur schwer zugänglich. Geprägt durch Sozialisation und soziale Beziehungen entwickelt sich bei jedem/jeder von uns eine ihm spezifische Form des Zugangs zu sich selber. Manchmal destruktiv, manchmal gar nicht. Und doch gibt es eine Soziologie der Imagination (Dietmar Kamper, Michelle de Certeau), deren Essenz in dem Satz von Kamper besteht: „Je näher am Imaginären, desto näher am Realen“.

Die Formen der Zerstörung menschlichen Lebens sind im Gefängnis extrem. Täter, Opfer und Gemeinschaft bilden ein Ganzes in der Abbildung gesellschaftlicher Verhältnisse. Jede Tat ist der Abschluss einer Kette und einer Verkettung sozialer Beziehungen. Die Individualisierung der Schuld entlastet den Rest, Verantwortung zu übernehmen. Es geht bei der Übung der Stille nicht darum den eigenen Innenraum zu erkunden, das mag auch passieren, aber als „Nebenprodukt“. Ziel ist es loszulassen, in Kontakt zu kommen mit dem Urgrund, dem Leben. Ziel ist auch Vertrauen zu entwickeln in das Nicht-Wissen, das Vertrauen schlechthin.

Dafür gibt es einige wenige Hinweise und je nach eigener Erfahrung des Anleitenden/der Anleitenden eine Form der geistlichen Begleitung auf dem Weg.

- *Das Anhalten der Gedanken* ist der erste Schritt im Inneren zur Ruhe zu kommen. Es vorbeiziehen lassen, nicht anhaften, loslassen. Der Begriff der Gelassenheit wurde von Meister Eckhart in die deutsche Sprache eingeführt.
- *Absichtslosigkeit* kein Ziel und dennoch ein Ziel, im Zenzen wäre dies Kensho, die Erleuchtung. Bei der christlich orientierten Form die Erfahrung der Einheit mit dem Grund des Lebens, das absolute Vertrauen in das Nicht-Wissen, die Verbindung mit Gott, ein Erwachen, ein Hinführen zu dem Ziel des eigenen Lebens. Wohl wissend, dass wir es nicht durch Anstrengung erschaffen können, sondern angewiesen sind auf Gnade und Versöhnung, die nicht aus uns selbst heraus kommt. Die Befürchtung, die Erfahrung „verzwecken“ zu können, halte ich für unbegründet. Jede wirksame Erfahrung, die aus der Übung der Stille erwächst, ist absichtslos und damit zwecklos.
- *Erfahrung* sammeln, machen, akkumulieren auf dem Weg. Mit sich selber und in der Gemeinschaft der Übenden, die zumindest in der Zeit der direkten Übung eine Weggemeinschaft bilden. Die Erfahrungen sind tief und verbindend und können mitten im Kontext des Gefängnisses ein Kraftfeld bilden, das Wirkung zeigt.

Die innere Struktur der Übung der Stille ist letztendlich dem Raum der Sprache entzogen und führt dennoch nicht in eine Sprachlosigkeit. Sie eröffnet Sprachräume, die im Alltag ihre Wirkung entfalten, weil die Wahrnehmung der Realität geprägt wird durch die Erfahrung aus der Übung.

Theologisch-soziologische Reflexion der Übung der Stille

Ausgangspunkt dieser Überlegungen ist die Annahme, dass die Übung der Stille in einem Raum der Stille durchgeführt wird. Das bewusste Aufsuchen dieses Raumes geschieht im Raum des Gefängnisses.

Der Sozialraum Gefangenschaft, der als Summe von Beziehungen zu verstehen ist, erzeugt einen bestimmten physischen Raum: das Gefängnis. Die sozialen Verhältnisse schreiben sich in den physischen Raum ein, und die sozialen Strukturen, die sich aus dem physischen Raum ablesen lassen, zeigen die Machtstrukturen, die in ihm herrschen (siehe Schroer 2006 S.85ff).



Die Gefangenen bewegen sich innerhalb einer Zeitgeografie im Raum des Gefängnisses, der nicht nur als physischer Raum zu verstehen ist, sondern eben auch als ein Raum von Beziehungen. Räume ordnen sich durch Orte im Raum, die Zelle des Gefangenen, sein

möglicher Arbeitsplatz, die Orte der Freizeit, des Sporttreibens, des Besuches, des Hofganges und viele mehr. Innerhalb dieser Orte, ermöglichen Beziehungen „Raumprofite“, die etwas kosten, wie zum Beispiel Arbeit, oder eine kriminelle Handlung in der Subkultur der Gefangenen. Der Raum des Gefängnisses ist also ein Bezugsrahmen für Interaktionen, die in dem Machtbehälter der totalen Organisation bestimmten Regelwerken wie der Hausordnung und dem Strafvollzugsgesetz unterliegen. Nur durch ein aktives Organisieren des Raumes – „spacing“ (Giddens 1995, 161 ff) – entsteht ein Potential an Bewegungsfreiheit. Dabei kommt es nach Giddens auf die Verfügbarkeit von rückseitigen Regionen an. Rückseitige Regionen werden gekennzeichnet durch die nicht Kontrollierbarkeit und die Möglichkeit des Verbergens. Beide Möglichkeiten können in Totalen Institutionen das Überleben der Insassen sichern. Es bedarf des äußeren und inneren Rückzugraumes um die eigene Identität zu erhalten.

Die Übung der Stille erweitert den rückwärtigen Raum und kann somit zu einem Rückzugs- und Zufluchtsort werden. Der Ort im äußeren Raum der Stille ist der Platz, auf dem gesessen wird. Der Ort liegt im Kirchenraum. Kirchenräume als physische Räume des Heiligen, die nach protestantischem Verständnis nicht an sich heilig sind, sondern erst durch die Funktionalität des Gottesdienstes selber geheiligt werden, sind Kraftorte (Josuttis).

In ihnen besteht die Möglichkeit einer Einheitserfahrung, die Auflösung der Dualismen Außen - Innen, Körper – Geist. Übergangsrituale werden gestaltet, und die Begriffe der Grenze und des Grenzübertrittes bekommen eine eigene Raumdimension, werden vom Ort zum Territorium. Das Hineingehen in den eigenen Innenraum, sich Bewegen im Innenraum, bei gleichzeitiger Bewegungslosigkeit im Außenraum generiert eine Erfahrung.

Der Begriff der Erfahrung ist der Spiritualität immanent. Sie ist aber keineswegs nur der Spiritualität eigen. Die Erfahrung weist auf etwas Unaussprechliches hin und konstituiert damit einen Diskurs. Erfahrung ist damit auch ein Indiz auf eine bestimmte Form des Diskurses, es gibt keine Erfahrung, die nicht in Sprache flösse, und keine Sprache, die nicht auf eine bestimmte Erfahrung zurückgreift (de Certeau 2009, S. 51ff). Die Erfahrung, um die es in der Spiritualität geht, ist die Gottesbegegnung, die unio mystica.

Dabei ist der Ursprung eine Verwirrung. Das leere Grab und der Schrecken darüber weisen darauf hin eine Leere zu finden, die zum Ort der Gottesbegegnung wird. In der inneren Struktur der Übung im Raum der Stille gilt es diesen Ort aufzusuchen, es reicht auch zu erspüren dass es diesen Ort gibt, um die Suche nach ihm aufrecht zu erhalten. Durch die Form ist dies nicht ein ausschließlich rationales Erleben. Der Körper-und-Geist-Dualismus löst sich in dem Moment des Erlebens auf. Es ist sowohl Körpererfahrung als auch geistliche und rationale Erfahrung.

Der Grund jeder Form der Spiritualität ist die soziale Ordnung. Die von ihr benutzten Sprachbilder orientieren sich an der jeweiligen Kultur. Certeau definiert den Kontext als das Element, von dem die Erfahrung – und damit ein wesentliches Element der Spiritualität – ihre Form und ihren Ausdruck erhält. Die Übung der Stille im Gefängnis wird daher eigene Sprachformen und auch Sprachbilder hervorbringen, was sich im Ansatz bereits zeigt.

Erfahrbar gemachter Glauben in den Ursprung der Welt verändert den Weltbezug. Die eigene Person und der eigene Kontext werden anders wahrgenommen. Die Welt und sozialen Strukturen erscheinen aus dem Raum der Stille anders. Ein Beispiel dafür sind die Bücher von Silvia Ostertag „Stille finden und daraus leben“ und „Erleuchtung und Alltag“, die sich nur dann erschließen, wenn eine eigene Form der Erfahrung vorhanden ist. Das „Andere“ beschreibt eine Beziehung zur Wahrheit des Anfangs, die sich nur durch den Raum der Möglichkeiten, die sie eröffnet, enthüllt (Certeau). Wie die Erfahrung auf dem Weg nach Emmaus, die in dem Ereignis des Brotbrechens ein Erkennen ermöglicht. Es geht um das Wagnis des Zulassens und des Eingehens, des sich Einlassens im doppelten Sinn. Dies ist immer auch eine Gefahr, weil die eigene Welt verloren gehen kann, wenn man die „verborgene und verbotene Zone des Heiligen“ (Josuttis) betritt. Im Raum der Stille wird Unabhängigkeit und Autonomie erfahren, also Freiheit mitten in der Gefangenschaft. Die Übung der Stille fördert durch ihre einfache Strenge die Ernsthaftigkeit der eigenen Existenz, sie fördert die Selbstverantwortung.



**Warum, wenn Gottes Welt doch so groß ist,
bist du ausgerechnet
in einem Gefängnis eingeschlafen?**

Rumi¹

¹ Zitiert nach Sölle, Dorothee, *Mystik und Widerstand* (1997), S. 15.

LITERATURLISTE (Auswahl)

Bobert, Sabine (2010): Jesusgebet und neue Mystik. Grundlagen einer christlichen Mystagogik, Kiel

Bobert, Sabine (2011): Mystik und Coaching, Münsterschwarzach

Bungert, Gabriel (2009): Irdene Gefäße. Die Praxis des persönlichen Gebetes nach der Überlieferung der heiligen Väter, Würzburg

De Certeau, Michel (2009): Glaubensschwäche, Stuttgart, Originalausgabe: La faiblesse de croire 1987, Editions de Seuil

Frambach, Ludwig (1993): Identität und Befreiung in Gestalttherapie, Zen und christlicher Spiritualität, Petersberg

Giddens, Anthony (1995): Die Konstitution der Gesellschaft, Frankfurt/New York

Grün, Anselm (2002): Geistliche Begleitung bei den Wüstenvätern, Münsterschwarzach

Hölzel, B. K. / Lazar, S. W. / Gard, T. et al. (2011): How does mindfulness meditation work? Proposing mechanisms of action from a conceptual and neural perspective. Perspectives on Psychological Science, 6, 537-559.

Jalics, Franz (2006): Der kontemplative Weg, Würzburg

Kabat-Zinn, Jon (2011): Gesund durch Meditation. Full Catastrophe Living. Das vollständige Grundlagenwerk, München

Kamper, Dietmar (1986): Zur Soziologie der Imagination, München / Wien

Keating, Thomas (2010): Das Gebet der Sammlung. Einführung und Begleitung des Kontemplativen Gebetes, Abtei Münsterschwarzach

Keating, Thomas (2012): Das kontemplative Gebet, Münsterschwarzach

Massa, Willi (Hrsg) (1999): Wolke des Nichtwissens und Brief persönlicher Führung. Anleitung zur Meditation, Freiburg im Breisgau

Maschwitz, Rüdiger (1999): Das Herzensgebet. Ein Meditationsweg, München

Meyer, Gundula (1980): Christ sein und Zen, München

Ostertag, Silvia (2007): Stille finden-und daraus leben, Freiburg

Ostertag, Silvia (2008): Erleuchtung und Alltag. Erfahrungen einer Zen-Meisterin. Im Gespräch mit Michael Seitlinger, Freiburg

Rohr, Richard (2010): Pure Präsenz. Sehen lernen wie die Mystiker, München

Ruppert, Fidelis (2012): Geistlich kämpfen lernen. Benediktinische Lebenskunst für den Alltag, Münsterschwarzach

Schroer, Markus (2006): Räume, Orte, Grenzen, Frankfurt am Main

Sölle, Dorothee (1997): Mystik und Widerstand. „Du stilles Geschrei“, Hamburg

Söring, Jens (2009): Wiederhole schweigend ein Wort. Wege zur inneren Freiheit, Gütersloh

Varela, Francisco J. / Thompson, Evan / Rosch, Eleanor (1991): The Embodied Mind. Cognitive Science and Human Experience, Cambridge Massachusetts

Wartenweiler, Dieter (2010): Der wahre Mensch ohne Rang und Namen. Zen im Westen, 2010

Wild, Peter (2011): Schritte in die Stille. Die große Schule der Meditation, Ostfildern

Shulazi (2010): Morgengespräche im Kloster des Abtes Linji, Schiedelberg/Österreich

Zeitschriften

Kontemplation und Mystik. Schwerpunkt: Empfänglichkeit der Seele. Würzburger Forum der Kontemplation, (Hrsg.) Jahrgang 13 2/2012

Teilnehmende ReferentInnen

Prof. Dr. Sabine Bobert

Professorin für Praktische Theologie an der
Christian-Albrechts-Universität Kiel

Pfr. Susanne Büttner M.A.

Theologin und Politologin,
Meditationslehrerin Via Cordis,
Gefängnisseelsorgerin JVA Schwäbisch Gmünd

Pfr. Dr. Tobias Müller-Monning M.A.

Theologe und Kriminologe,
Dipl. Sozialtherapeut (FH),
Gefängnisseelsorger JVA Butzbach

Pfr. Ulrich Rost

Studienleiter am Seminar für Seelsorge-
Fortbildung der württembergischen
Landeskirche, Supervisor (DGfP),
Meditations- und Exerzitienleiter

Pater Fidelis Ruppert OSB

Abt der Benediktinerabtei Münsterschwarzach
von 1982 bis 2006
Exerzitienleiter und geistlicher Begleiter

Sr. Regina Waibel

Generaloberin des Klosters der
Franziskanerinnen der ewigen Anbetung
Schwäbisch Gmünd

Prof. Dr. Rüdiger Wulf

Jurist und Kriminologe, Ministerialrat im
Justizministerium Baden-Württemberg

Symposium zu neuen Formen der Seelsorge im Strafvollzug

Freitag, den 5. Oktober 2012 in der
JVA Schwäbisch Gmünd

Kosten: 20,- Euro

Beginn 9.30 - Ende 17.30

Anmeldung bis 31. August unter
[poststelle@](mailto:poststelle@jvaschwaebischgmueund.justiz.bwl.de)

jvaschwaebischgmueund.justiz.bwl.de
oder

Ev. Seelsorge JVA Schwäbisch Gmünd

Herlikofer Straße 19

73527 Schwäbisch Gmünd

Tel.: 07171 9126175

www.gefaengnisseelsorge.de



Eine Veranstaltung der Ev. Konferenz für
Gefängnisseelsorge in Deutschland in
Kooperation mit
der JVA Schwäbisch Gmünd



Übung der Stille als Freiheitsprozess

Wege zu Autonomie
und selbst verantwortetem
Leben

Symposium in der JVA
Schwäbisch Gmünd
5. Oktober 2012

Übung der Stille als Freiheitsprozess

Wege zu Autonomie und selbst
verantwortetem Leben

Worum es geht

In den vergangenen Jahren sind erste Erfahrungen mit „Einkehrtagen“ und „Kloster im Gefängnis“ gemacht worden. Deswegen wollen wir in diesem Symposium der Frage nachgehen, ob und wie es möglich ist, unter extrem fremdbestimmten Umständen wie im Gefängnis, Prozesse von Selbstbestimmung und Autonomie zu initiieren. Können Menschen ihre Freiheit und Würde auch in Zwangskontexten neu entdecken? Diese Überlegung gilt für die begonnene Praxis, Meditation und Schweigewochen als Übungsangebot zur Persönlichkeitsentwicklung im Strafvollzug einzusetzen.

Zentrale Grundlegung von Seelsorge

Grundsätzlich spricht diese Frage darüber hinaus eine zentrale Grundlegung von Seelsorge in der derzeitigen gesellschaftlichen Situation an. Wie können Menschen Freiheit und Autonomie gewinnen angesichts von Fremdbestimmung und Angst in zerfallenden Gesellschaftssystemen - eine Freiheit, die zu befreiendem Handeln befähigt?

Christliche Spiritualität

Die Erfahrung von christlicher Spiritualität ermöglicht einen Weg in die Unabhängig-

keit und gleichzeitig eine tiefe Verbindung mit dem Grund des Lebens. Uns ist jedoch bewusst, dass diese Unabhängigkeit erkämpft werden muss. Die Begriffe Kampf und Kontemplation könnten das Konzept einer Seelsorge für das 21. Jahrhundert begründen.

Veränderte Formen der Seelsorge

Das Symposium soll die veränderten Formen von Seelsorge im Gefängnis reflektieren und unterstützen, die sich auch an einem Konzept der "restorative justice" orientieren. Für die Seelsorge kann eine stärkere Betonung der mystischen Tradition des Christentums neue Veränderungspotentiale freilegen. Damit werden auch Befreiungsprozesse für die gesamte Gesellschaft angesprochen.

Für Wen?

Das Symposium wendet sich an Gefängnis-seelsorgerInnen, Fachdienste und leitende MitarbeiterInnen aus dem Strafvollzug. Darüber hinaus an alle Menschen, die Interesse an einer veränderten spirituellen Praxis in der Seelsorge haben und an der Fragestellung nach Freiheit und Autonomie.

- ➡ Auf Wunsch können Übernachtungsplätze organisiert werden, bitte bei der Anmeldung vermerken.
Anmeldeschluss: 31. August 2012
- ➡ Veranstaltung in der JVA! Unbedingt gültigen Personalausweis mitbringen!!!

09.30 Beginn

10.00 Begrüßung

10.30 Vortrag

Prof. Dr. Sabine Bobert: Der kulturelle Kontext einer gegenwärtigen Mystik.
Mystische Spiritualität als Orientierung der Seelsorge im 21. Jahrhundert.

11.30 Pause

12.00 Kurzimpulse

Prof. Dr. Rüdiger Wulf: Christliche Spiritualität und Resozialisierung.
Pfr. Ulrich Rost: Die Bedeutung der Kontemplation für die kirchliche Praxis.

13.00 Mittagessen

14.00 Vortrag

Pater Fidelis Ruppert OSB: Die Erfahrung der „Zelle“ als geistlicher Weg. Anregungen aus dem frühen Mönchtum.

15.00 Kurzimpulse

Dr. Tobias Müller-Monning: Erfahrung und Erkenntnis.

Sr. Regina Waibel: Warum die Franziskanerinnen das Projekt „Kloster im Gefängnis“ mittragen?!

15.30 Kaffeepause

16.00 Kurzimpuls

Pfr. Susanne Büttner: Das Projekt „Kloster im Gefängnis“: Erfahrungen und Ausblick

16.15 Ergebnissicherung

17.30 Reisesegen

Reader GefängnisSeelsorge R GS

Seit Anfang 1994 erscheinen in loser Folge im Selbstverlag der Evangelischen Konferenz für Gefängnisseelsorge in Deutschland die „Reader Gefängnisseelsorge“.

Die Schriftenreihe ist in erster Linie als Arbeitsmaterial für Theorie und Praxis der Gefängnisseelsorge gedacht und geht allen haupt- und nebenamtlichen Gefängnisseelsorgerinnen und -seelsorgern im Bereich der Evangelischen Kirche in Deutschland und darüber hinaus Bezieherinnen und Bezieheren im In- und Ausland zu.

Gegen Erstattung des Selbstkostenpreises (s.u.) zuzüglich der Versandkosten kann der Reader GefängnisSeelsorge in der Geschäftsstelle der Konferenz bestellt werden.

Bisher sind erschienen:

R GS 1/94: Aktuelle Texte zur Konzeption von Gefängnisseelsorge. 30 S., 1,50 € (3. Aufl. 2004)

R GS 2/94: Seelsorgerliche Verschwiegenheit, 33 S., 1,50 € (2. Aufl. 2000)

R GS 3/94: Als Mann und Frau, Seelsorgerin und Seelsorger im Gefängnis, 37 S. (vergriffen)

R GS 4/95: Gefängnisseelsorge - Anpassung oder Verweigerung, Partizipation oder Dissidenz, 57 S., 2,50 € (2. Aufl. 2002)

R GS 5/95: Auf dem Weg der Solidarität. Zeitgeschichtliche Beiträge zur Gefängnisseelsorge, 56 S., 2,50 € (3. Aufl. 2004)

R GS 6/96: Blick' (nicht) zurück im Zorn. Gefängnisseelsorge im Prozeß des Zusammenwachsens von Ost und West, 94 S. (vergriffen)

R GS 7/96: Täter-Opfer-Ausgleich im Strafvollzug - Perspektiven und Grenzen von Tataufarbeitung und Schadenswiedergutmachung für Opfer und Täter/innen, 94 S., 4,00 € (2. Aufl. 2002)

R GS 8/97: Menschenbilder im Strafvollzug - Beiträge zur Reflexion von Anspruch und Wirklichkeit des Strafvollzugs und der Gefängnisseelsorge, 69 S., 3,00 €

R GS 9/99: Genügt nicht einfach ein weites Herz? Konzeptions-Entwürfe für die Seelsorge im Gefängnis, 74 S., 4,00 €

R GS 10/01: Beiträge zur Seelsorge im Maßregelvollzug, 43 S., 2,50 €

R GS 11/02: Im Bannkreis des Bösen. Jahrestagung 2002; und: Gefängnisseelsorge unter veränderten Bedingungen: Beiträge zu einem Fachgespräch bei der EKD, 78 S., 4,00 €

R GS 12/06: Lebens-Welten. Jahrestagung 2005, 54 S., 4,00 €

R GS 13/06: Manfred Josuttis: Vorträge zur Gefängnisseelsorge, 24 S., 2,00 €

R GS 14/07: Grenzerfahrungen. Texte zur Abschiebung von Gefangenen, 45 S., 3,50 €

R GS 15/07: Vergangenheit festhalten und wiedergewinnen. Jahrestagung 2007, 61 S., 4,00 €

R GS 16/08: Restorative Justice, Jahrestagung 2008, 82 S., 4,00 €

R GS 17/09: „Ich danke Dir, dass ich so wunderbar gemacht bin“ - Vom Umgang mit dem Körper im Gefängnis. Jahrestagung 2009, 58 S., 4,00 €

RGS 18/10: „... hinter dem Feigenblatt“ – Schuld – Scham – Beschämung. Jahrestagung 2010, 84 S., 4,00 €

RGS 19/11: Wer bin ich – und „wie viele“ kann ich sein – als Seelsorgerin oder Seelsorger im Gefängnis? Seelsorgekonzeptionen Bethel 2009/10, 60 S., 4,00 €

RGS 20/13 Übung der Stille als Freiheitsprozess. Symposium 5.10.2012 in der JVA Schwäbisch Gmünd, 91 S., 4,00 €

Geschäftsstelle der Ev. Konferenz für Gefängnisseelsorge in Deutschland

Herrenhäuser Str. 12, 30419 Hannover

Tel.: 0511- 279 64 06

eMail: heike.roziewski@ekd.de

www.gefaengnisseelsorge.de

Für weiteres Material aus dem Selbstverlag der Konferenz fordern Sie bitte einen Bestellschein an. Eine umfangreiche Sammlung von Fachliteratur befindet sich im Kirchenamt der EKD, Herrenhäuser Str. 12, 30419 Hannover.