

Den Geist befreien

Interview mit Lama Droupgyu Karma

Lama Drupgyu hat zwei Retreats von drei Jahren und drei Monaten in der Auvergne absolviert. Sie gibt Belehrungen und Vorträge über Buddhismus mit Herzenswärme und Einfachheit. Sie war lange Zeit Vizepräsidentin der Buddhistischen Union Frankreichs und ist seit mehr als sechs Jahren nationale Gefängnisseelsorgerin für den Buddhismus.



Sie treffen viele Gefangene. Was sind die häufigsten Leiden, die sie durchmachen?

Natürlich viel Wut, aber auch Hilflosigkeit und das Gefühl der Ohnmacht, die Situation nicht ändern zu können. Dies erzeugt Abwehr und die Angst, mit dem Geschehenen nicht umgehen zu können, was oft zu Traurigkeit und Depression führt.

Es gibt Verurteilte, und es gibt jene, die noch auf ihren Prozess warten. Letztere wissen noch nicht, was auf sie zukommen wird: 1 Jahr, 3 Jahre, 10 Jahre... Das ist ein großer Unterschied. Es ist eine sehr unbehagliche Situation, die viele Ängste verursacht.

Nach der Verurteilung, nach dem Schock der Verurteilung - die immer eine sehr schlimme Nachricht ist, verglichen mit den Hoffnungen, die der Inhaftierte hatte - gibt es eine Zeit der Akzeptanz und der Eingewöhnung in die Gegebenheiten. Von diesem Punkt an kann etwas anderes denkbar werden. Die Person kennt die Länge und Dauer der Inhaftierung und kann förderliche Aktivitäten zur Vorbereitung der Entlassung ins Auge fassen. Auf der einen Seite werden Studien, Ausbildungen, Berufsausbildungen zur besseren sozialen Wiedereingliederung und auf der anderen Seite "Andachten" angeboten: Studium, Reflexion und Meditation, die zu tieferem Nachdenken und Introspektion einladen.

Selbst wenn die zu verbüßende Strafe 10 oder 15 Jahre oder sogar lebenslänglich beträgt, können wir über die Zeit danach sprechen. Aber wir können auch über das Jetzt sprechen, über die Bedeutung der Aufmerksamkeit und Wachsamkeit, die wir von Augenblick zu Augenblick entwickeln können, in der wohlwollenden Qualität unserer Handlungen, die dann

Im Jahr 1789 wurde die körperliche Züchtigung durch die Gefängnisstrafe ersetzt. Im Jahr 1791 führte die Verfassungsgebende Versammlung Frankreichs die Haftstrafe als Strafe ein. Im Jahr 1819 wurde der Stand des Seelsorgers offiziell für die katholische Religion geschaffen, und im Jahr 1905 wurde das Gesetz der Trennung von Kirche und Staat die gegenwärtig in Kraft ist. In unserer Gesellschaft, in der das Säkularprinzip gilt, haben alle Personen, die ihrer Freiheit enthoben werden, das Recht, Zugang zu der Religion ihrer Wahl zu haben, und dies gilt für Personen in Haft, im Krankenhaus und beim Militär. Die Gefängnisverwaltung muss "in der Lage sein, den Anforderungen (seines/ihrer) religiösen, moralischen oder geistigen Lebens gerecht zu werden" (Artikel R.57-9-3 der Strafprozessordnung nach dem Gesetz von 1905)

die Quelle von Entspannung und Weisheit werden. So können wir auch in einem schwierigen Umfeld Lebensqualität entwickeln.

Ist das Verhältnis zur Zeit im Gefängnis anders? Was ist die Beziehung zwischen Langeweile und Untätigkeit?

Es ist nicht so, dass die Zeit im Gefängnis anders ist, die Zeit kann lang und langweilig erscheinen, weil man sein Leben mit den üblichen Ablenkungen nicht mehr selber in der Hand hat. Der Mensch ist sehr gut darin, sein ganzes Leben in viele Aktivitäten und Ablenkungen zu gliedern, es ist ein Weg, sich nicht mit sich selbst auseinanderzusetzen. Deshalb ist es auch so schwer, sich in einer Situation wiederzufinden, in der man seiner Freiheit beraubt wurde. Lassen Sie uns ein einfaches Beispiel nehmen. Wenn wir in einer Warteschlange oder in einem Stau stecken, neigen wir oft dazu, uns zu langweilen, zu ärgern und uns zu entrüsten. Wenn wir voll und ganz akzeptieren, dass wir uns in dieser Situation befinden, wird die Emotion entschärft, so dass wir uns entspannen und die einzelnen Momente mit weniger Anstrengung, ja sogar mit mehr Wohlbefinden erleben können. Solange wir uns in Ablehnung und Ärger befinden, ist dies unmöglich, wir erzeugen Langeweile, Unruhe, Angst. Wenn ein Mensch die Situation, in der er sich befindet, voll akzeptiert, dass er im Rhythmus der ihn umgebenden Gegebenheiten lebt, dann kann er sich mit einem positiveren Grundgefühl auf die Situation einlassen.

So haben Personen, denen durch eine gerichtliche Entscheidung die Freiheit entzogen wurde (), das Recht auf Zugang zu geistlicher Begleitung durch Geistliche der Religion, oder der Glaubensrichtung ihrer Wahl (Sie dürfen in der Tat mehreren Religionen gleichzeitig folgen).*

Die buddhistische Gefängnis-seelsorge gibt es seit 2012. Sie wird von der Buddhistischen Union Frankreichs (UBF) und dessen Seelsorge-Rat geleitet und organisiert.

*Ein Staatsseelsorger hat den Auftrag die Seelsorger zu akquirieren, auszubilden und in ihrer Tätigkeit zu begleiten. Er/Sie ist die Schnittstelle zwischen der UBF dem Justizministerium und der Gefängnisverwaltung. Derzeit gibt es etwa zwanzig buddhistische Seelsorger*innen, die etwa fünfzig der 187 Gefängnisse abdecken.*

Es entsteht dann eine große Freude, den gegenwärtigen Moment anzunehmen, ungeachtet seiner Widersprüchlichkeit, seiner Härte, seiner Schwierigkeit. Man kann es schaffen, die eigene Kreativität in den Dienst der Situation zu stellen. Deshalb ermutigen wir Menschen im Gefängnis, ihre positiven Eigenschaften in den Dienst anderer zu stellen. Die Vorteile sind immens. Sich um andere zu kümmern, ist der beste Weg, sich um sich selbst zu kümmern. Es erfordert ein wenig Training und Urteilsvermögen, um nicht in die Falle unangebrachter Großzügigkeit zu tappen. Jede Situation kann daher ein Feld der Bereicherung bedeuten.

(1) Am 1. Januar 2020 waren genau 70.651 Personen in französischen Gefängnissen inhaftiert, bei 61.080 Haftplätzen (Zahlen der Direktion für Strafvollzug)

Haben Häftlinge viel Freizeit?

Es kommt darauf an, was wir als "freie Zeit" bezeichnen. Es ist fast ein Paradox, im Gefängnis "freie Zeit" zu sagen, denn wir befinden uns an einem Ort des Freiheitsentzugs. Die einzige Freiheit, die sie haben, ist das zu tun oder nicht zu tun, was ihnen vorgegeben wird. Viele Aktivitäten sind möglich, Sport, kreative Beschäftigungen, Studium, Bibliothek, Werkstattarbeit, Berufsausbildung, aber die Plätze sind wegen der Überbelegung und der Sicherheitsvorschriften begrenzt. Einige von ihnen, die "Auxis" (für Etagenhelfer) genannt werden, helfen bei der Verteilung der Mahlzeiten, beim Putzen, in der Küche usw. In ihren Zellen haben sie Zugang zu Fernsehen, Radio und jetzt auch zu Telefonen, die von der Gefängnisverwaltung überwacht werden. Auf der "spirituellen" Ebene können sie darum bitten, an Gottesdiensten teilzunehmen und/oder den Besuch eines Seelsorgers in ihrer Zelle zu erhalten, ein Recht, zu dem jeder Zugang hat. Derzeit haben wir nicht genug buddhistische Seelsorger, um alle Anfragen zu erfüllen.

Haben sich durch die Covid19 Massnahmen die Lebensumstände geändert?

Ja, natürlich. Während des Lockdowns im März wurden Besuche von Seelsorgern sowie von externen Sprechern abgesagt. Deshalb haben wir eine buddhistische Seelsorge-Hotline eingerichtet, über die Häftlinge uns kostenlos und vollkommen vertraulich anrufen können. Für den zweiten Lockdown im November 2020 werden die persönlichen Treffen mit den Seelsorgern unter Bedingungen beibehalten, die die Abstands-Vorschriften respektieren, d.h. in dafür vorgesehenen Räumen. Dadurch wird die Anzahl der möglichen Besprechungen erheblich reduziert. Aus diesem Grund haben wir eine gebührenfreie Nummer eingerichtet, um weiterhin auf die Bedürfnisse der Betroffenen antworten zu können.

Was kann ein buddhistischer Seelsorger einem Gefangenen bringen? Was ist der erste Bedarf? Um angehört und anerkannt zu werden?

"Mehr als Worte ist die einfache Grundeinstellung wichtig, mit dem Wunsch da zu sein, das Leiden des anderen zu lindern" gab Trinlay Rinpoche diese Unterweisung während eines Treffens mit den Seelsorgern. Es ist eine bestimmte Qualität der Präsenz, ein Willkommen ohne Urteil oder Grenzen. Der Seelsorger reagiert auf die schriftliche Bitte eines Häftlings, sich mit ihm zu treffen. Manchmal geht es einfach nur ums Zuhören. Ein anderes Mal stellt die Person Fragen und der Seelsorger ist da, um zu helfen, Antworten zu finden. Manchmal sind es existenzielle Fragen, manchmal ist es eine einfache Neugier auf das Spirituelle, ein anderes Mal ist es ein Interesse am Buddhismus. Einige kommen aus einem buddhistischen Hintergrund und sind an ihrer ursprünglichen Tradition interessiert. Andere praktizieren bereits einen buddhistischen Weg und suchen nach einer spezifischen Anleitung.

Ist Vertrautheit mit einem Häftling notwendig, um ihn zu begleiten, damit er weniger zu leiden hat? Wie wird Vertrauen aufgebaut?

In der Qualität der Beziehung kann sich mehr als nur Vertrautheit entwickeln, ein wirkliches Vertrauen. Der Seelsorger hat dabei das Glück, von der Person, die nach ihm fragt, in seiner Zelle, dem einzigen fast privaten Raum in der Haft, empfangen zu werden. Der Aufenthalt in dieser Privatsphäre schafft einen privilegierten Rahmen für den Austausch. Dies ermöglicht einen Raum der Begegnung und des authentischen

Austauschs, in dem Worte frei werden, in Resonanz gehen und den Geist für andere Perspektiven öffnen kann. Meditation ist in der Öffentlichkeit bekannt und auch Menschen im Gefängnis kommen zum Buddhismus, um sich in der Meditation zu üben, auch wenn sie anderen Glaubensrichtungen angehören. Wir können ihnen also das Meditieren vermitteln, damit gibt es kein Problem. Während des buddhistischen Unterrichts stellen wir das Leben des Buddha und seine Lehre vor und dann die Meditation, jeder macht damit, was er will. Der Buddha selbst lud seine Zuhörer ein, ihm zuzuhören und über seine Lehre nachzudenken. Buddhistische Seelsorger sind nicht dazu da, Menschen zu bekehren. Basierend auf einer wohlwollenden Ethik verwenden sie die vier edlen Wahrheiten und die vier grenzenlosen Betrachtungen zur Begleitung der Meditation, die hilft, emotionale Gelassenheit und geistige Stabilität zu entwickeln. Diejenigen, die sich dem Pfad verpflichten wollen, können Zuflucht zum Buddha nehmen und ethische Gelübde ablegen.

Wie kann ein Seelsorger das Leid des anderen annehmen, ohne dass persönlicher Nachhall die Beziehung stört?

Ich bin immer wieder berührt von dem Leid anderer, manchmal schwingt es sehr stark in mir mit, aber je mehr wir die Mechanismen verstehen, desto weniger lassen wir uns davon mitreißen. Der ganze Sinn der Lehre des Buddha besteht darin, uns zum Ende des Leids und seiner Ursachen zu führen, dank Methoden und Übungen, die eine Beruhigung der Emotionen und eine gewisse Anpassungsfähigkeit ermöglichen. Je mehr wir die Erfahrung gemacht haben, dass wir uns nicht von unserem eigenen Leiden mitreißen lassen, desto mehr werden wir in der Lage sein, die Werkzeuge, die uns nützlich waren, mit anderen zu teilen.

Man könnte meinen, dass Gefangene Menschen sind, die eine Abfolge von sehr schwierigen Situationen erleben, die eine Spirale zu bilden scheinen, ein Abwärtsgefälle, das sie unweigerlich dazu führt, das Unwiderrufliches zu begehen und im Gefängnis zu enden. Ist dies immer der Fall?

Es gibt sehr harte Erfahrungen, ja sicherlich, aber nicht immer. Die Situationen, die Sie ins Gefängnis bringen, sind vielfältig und können das Ergebnis einer einfachen Fahrlässigkeit Ihrerseits, einer mangelnden Kenntnis des Gesetzes oder eines Wutanfalls sein. Um es klar zu sagen: Ohne irgendetwas zu rechtfertigen, sind wir letztendlich für unsere Handlungen verantwortlich. Das Wichtigste ist, zu verstehen, wie die Dinge funktionieren. Unsere Handlungen werden von unseren Gedanken gesteuert, deshalb müssen wir uns um sie kümmern. Denn aus Unwissenheit oder Unachtsamkeit lassen wir uns von Gedanken und Emotionen leiten, die als negativ bezeichnet werden - negativ deshalb, weil das Ergebnis der Handlungen, die sie hervorbringen, wirklich beklagenswert und schmerzverursachend sind. Manche Menschen haben zum Beispiel in einem Moment der Wut einen geliebten Menschen getötet und sind im Gefängnis gelandet. Wahrscheinlich warnt uns der Buddha nicht umsonst auf sehr direkte Weise, indem er uns sagt: Ein Moment des Ärgers kann Kalpas der doppelten Ansammlung von Verdiensten und Weisheit zerstören.

Je mehr wir uns also der Tragweite unserer Handlungen bewusst sind, desto aufmerksamer werden wir gegenüber den Geisteszuständen sein, die ihnen zugrunde liegen. Das Verständnis des Karmagesetzes "Ursache und Wirkung" lädt uns ein, zu denken, bevor wir handeln und sprechen.

Die persönlichen Geschichten der Inhaftierten sind jedoch sehr belastend. Ist es nicht schwieriger, die richtige Einstellung zu finden?

Ohne das Leiden des Eingesperrtseins herunterzuspielen, ist das Leiden überall gleich. Es ist das gleiche " Draußen" und " Drinnen". Die Umgebung ist anders, aber das Leiden ist das gleiche. Das Leiden ist manchmal extrem. Ich habe Menschen kennengelernt, die in einer "netten und bequemen" Umgebung "frei" sind und dabei völlig in ihren Emotionen gefangen sind und extremes Leid erfahren.

Est-ce qu'il y a des prisonniers qui gagne plus de liberté intérieure que des personnes en dehors de la prison ?

Oui bien sûr, on peut même rencontrer des philosophes en prison, ce n'est pas le cadre qui détermine la capacité à la liberté intérieure ou pas.

Wäre es angemessen zu sagen, dass eine Inhaftierung hier Sinn machen würde?

Ich würde nicht so weit gehen, das zu sagen, auch wenn der ursprüngliche Zweck der Inhaftierung als Strafe nicht darin bestand, körperliche Strafen zu verhängen, sondern durch die Isolation eine innere Selbstprüfung zu ermöglichen, die eine soziale Wiedereingliederung erlauben würde. Für diejenigen, die die Situation zu einem Weg der Wiedergutmachung, der Evolution, des Erwachens oder der inneren Befreiung machen, wird diese besondere Zeit der Abgeschiedenheit ihre volle Bedeutung erlangen.

Gefangene in der Gefängnisumgebung zu begleiten heißt, Situationen des Leidens zu begegnen. Dennoch erzählen die Seelsorger von einer gewissen Freude, die sich aus dieser Erfahrung ergibt. Wie würden Sie das erklären?

Ich kann es nicht erklären, ich sehe es, wir haben uns oft darüber unterhalten, die Freude ist einfach da. Vielleicht einfach, weil wir uns nützlich fühlen und weil wir im Zentrum unserer Praxis stehen, die darauf ausgerichtet ist, Leiden zu lindern. Und dann gibt es Augenblicke des Austauschs, Blitze der Freude in den Augen, Momente jenseits von Zeit und Mauern. Ich nehme gerne das Beispiel des Gärtners, der seinen Garten pflegt und am Ende ernten wird was er gesät hat. Wenn wir schöne Blumen anbauen wollen, müssen wir zuerst den Boden vorbereiten, wir fangen an, das Unkraut und manchmal auch die Brombeeren herauszureißen, die ihn überwuchern. Es braucht Zeit und manchmal kratzen sie, aber es lohnt sich. Es erfordert Aufmerksamkeit und Wachsamkeit. Wenn Sie ein paar Unkräuter stehen lassen, können diese schnell wieder das ganze Feld befallen. Wichtig ist, dass man versteht, wie es funktioniert. Deshalb muss man beobachten, studieren und einen guten Gärtner um Rat fragen. Und dann, wenn die Blumen blühen, ist die Freude groß!

Informationen:

- Buddhistische Seelsorge in Frankreich: aumonerie.carcerale@bouddhisme-france.org
- Die Internationale Gefängnisbehörde, französische Sektion: <https://oip.org/>
- Erfahrungsberichte auf: <https://www.prison-insider.com/>

Interview von Claire Cottin und Philippe Judenne

- Mit freundlicher Genehmigung von „Sagesses Bouddhistes Le Mag“, Winter 2020/2021
- <https://www.sagesses-bouddhistes-magazine.com/>