

Stadt

## Vom Schwerverbrecher zum Yogalehrer

### Knapp 30 Jahre nach dem Mord an einer Frau gibt sich Dieter Gurkasch geläutert – Lesung in der JVA in Süd

Wenn eine Lebensgeschichte das Attribut „außergewöhnlich“ verdient hat, dann ist es mit Sicherheit die von Dieter Gurkasch. 1985 hat er bei einem Raubüberfall eine Frau ermordet und wegen dieser und anderer Straftaten 25 Jahre im Gefängnis verbracht. Heute ist er dank Yoga auf dem Pfad der Tugend – und versucht andere schwarze Schafe auf den gleichen Weg zu bringen. So wie diese Woche eine Gruppe von Strafgefangenen in der Justizvollzugsanstalt (JVA) im Stadtteil Süd.

Wer **Dieter Gurkasch** mit seinem lockigen Haar und dem ansteckenden Lächeln sieht, würde nie vermuten, dass der 53-jährige Hamburger all das erlebt hat: Raubmord, Diebstähle, ein Gefängnisausbruch und eine Schießerei mit der Polizei brachten ihn für ein Vierteljahrhundert ins Gefängnis. Sieben Jahre davon verbrachte er in Vollisolation. „Hass war mein einziger Lebensinhalt“, sagte **Gurkasch** bei seinem Besuch in der JVA Ludwigshafen. Als er vor 25 Gefangenen über sein neues Ich sprach und über Freude, Liebe und Glück, war davon nichts mehr zu spüren. „Leben reloaded“ hat **Gurkasch** das Buch betitelt, in dem er seine Geschichte erzählt. Und das erklärt, wie ein Mensch eine solche Wendung vollziehen kann. Im Jahr 2000, als **Gurkasch** im Gefängnis Hamburg-Fuhlsbüttel einsaß, brachte ihm seine Frau einige Texte über Yoga mit in die Zelle. Sie war von der indischen Lehre fasziniert und wollte auch ihren Mann begeistern. „Ich machte drei Stunden Sport am Tag“, erinnerte sich **Gurkasch** an seine Reaktion, „wieso sollte ich ausgerechnet ‚Mädchengymnastik‘ machen?“ Aus Liebe zu seiner Frau ließ er sich darauf ein: In der Zelle versuchte er sich an den „Fünf Tibetern“, einer Entspannungsübung. „Ich habe sofort gemerkt, dass Yoga etwas in mir auslöst und ich mich besser fühlte“, sagte **Gurkasch**. Er könne mit den Übungen alte Gedankenmuster durchbrechen und neue, friedliche Kraft schöpfen.

Von da an machte er seine Übungen täglich – was auch den Mithäftlingen nicht lange verborgen blieb. „Sie fragten mich, warum ich so fröhlich aussehe und immer grinse. Niemand kannte mich so“, sagte er. Gurkasch wollte seine Erfahrungen mit den Strafgefangenen teilen. Noch während seiner Haft unterrichtete er die Mitinsassen. Einige Monate nach seiner Entlassung im Jahr 2011 gründete **Gurkasch** den Verein „Yoga und Meditation im Gefängnis“. In mehr als 20 Gefängnissen in Deutschland finden mittlerweile regelmäßig Yoga-Kurse statt – der „Knast in Ludwigshafen“ soll laut **Gurkasch** der nächste sein.

Die Gefangenen der sozialtherapeutischen JVA hörten dem Ex-Knacki **Gurkasch** gespannt zu. „Es ist toll, dass es das Yoga-Angebot gibt“, sagte ein Insasse. „Es ermutigt mich, dass eine solche Veränderung möglich ist.“ Die Häftlinge sollen in den kommenden Wochen an geleiteten Kursen teilnehmen. Michael Händel, therapeutischer Leiter der Anstalt, verspricht sich viel davon: „Mit den Kursen erreichen wir einen ganzheitlichen Therapieansatz. Die Einzel- und Gruppentherapie für den Kopf und Yoga für den Körper.“ Das Kursangebot sei keine Freizeitveranstaltung, sondern Teil der therapeutischen Behandlung, sagte Händel.

Und am Ende hatte **Dieter Gurkasch** noch eine zusätzliche Motivationsspritze für die Häftlinge: „Wer den Kurs bis zum Ende durchhält, bekommt ein signiertes Exemplar meines Buches geschenkt.“ (tobe)

#### Quelle

Ausgabe	Die Rheinpfalz - Ludwigshafener Rundschau - Nr. 81
Datum	Samstag, den 5. April 2014
Seite	17