

Maksim Klasanovic präsentiert seine Habseligkeiten aus der Zeit im Knast.



eine Rolle spielten, schien ihm eine Selbstverständlichkeit. Doch 2011 wurde er bei einem Deal durch eine Eliteeinheit der thailändischen Polizei erwischt und wanderte wegen Drogenhandels für 13 Jahre ins Gefängnis.

Eingepfercht mit 290 Mann in einer Zelle – die Hölle

Das war die Hölle. In einer Zelle von 160 Quadratmetern steckten zwischen 180 und 290 Mann, zusammengepfercht während 17 Stunden am Tag. Geschlafen wurde halbwegs liegend auf dem nackten Fussboden, als «Kopfkissen» diente dem Gefangenen aus Europa eine leere Colaflasche.

Trotz dieses Elends und seiner Verzweiflung über die gescheiterten Appellationsbemühungen vor Gericht liess Maksim Klasanovic sich nicht unterkriegen. Mit Krafttraining stählte er seine Muskeln. Als er frühmorgens einen Mitgefangenen aus Nepal inmitten der Schlafenden in sich versunken dasitzen sah, sprach er ihn an und erlernte von ihm die Meditation. Später eignete er sich aus Fachzeitschriften auch noch Techniken des Yoga an.

Das brachte eine grundlegende Wende in sein Leben. Bereits im Knast betätigte er sich als Yoga- und Meditationslehrer. Zurück in Deutschland ist er dieser Berufung treu geblieben und leitet Seminare. Er weiss: «Der Weg zu grossem Glück und Zufriedenheit ist nicht weit – er liegt in dir.»

Meditation ist nichts für Schwächlinge

Es gibt Menschen, die geraten in eine **ausweglose Situation**, auf dass ihnen die Augen aufgehen – mit Blick nach innen!

Von Martin Frischknecht

Maksim Klasanovic (42) kam in Deutschland zur Welt und wuchs bei seiner Mutter in Deutschland auf. Die längste Zeit seines Lebens verbrachte er in Thailand. Im Knast. Wie er dort ins Gefängnis kam, wo andere Leute Ferien machen, und was er hinter Gittern erlebte, erzählt er in seinem kürzlich veröffentlichten Buch «Ich war in der Hölle...» (Kamphausen Verlag).

Alles klar? Nicht wirklich, denn der lange Buchtitel geht weiter: «...und fand das Paradies in mir». Zu viel verspricht diese Ankündigung nicht, weder in die eine noch in die andere Richtung. «Thai-Miki», wie ihn seine Kumpel nennen, hatte einfach grosses Pech. Aber schliesslich meinte es das Leben wieder gut mit ihm.

Der Reihe nach: Miki arbeitete auf Phuket als Marketingmanager für drei Hotels und führte mit Frau und Tochter ein ausgefülltes Leben. Dass darin auch Drogen



Als «Thai-Miki» damit begann, seinen Körper zu trainieren, ging es im Gefängnis für ihn bergauf.

NEUER WELLNESS-TEMPEL MIT «ORT DER ACHTSAMKEIT»

Seit sich bei uns der Begriff «Wellness» durchgesetzt hat für das, was man früher einmal «Kur» nannte, gibt es auch «Wellness-Tempel». Ein solcher definiert sich durch ein umfassendes Angebot an Entspannungs- und Therapieangeboten, gerne auch kombiniert mit Tafelfreuden und gediegenem Hotelzimmer. Mit all dem kennt man sich in der Limmatstadt Baden AG besonders gut aus. Ende Herbst 2021 wurde in Baden eine ultramoderne und sehr schicke neue Therme eröffnet. Das «Fortyseven» (www.fortyseven.ch), nach Plä-

nen des Tessiner Stararchitekten Mario Botta errichtet, lässt bei Erholungssuchenden keine Wünsche offen. Der Aufenthalt in der grosszügigen Bäder- und Saunalandschaft erlaubt es, Blicke über die Limmat zu werfen, wo in benachbarten Gärten edle Tropfen reifen. Entspannen zu Klängen von Boris Blank, eine Form von Massage geniessen, wie sie nur hier geboten wird. Und mitten in der thermeneigenen Zone der Stille lädt der «Ort der Achtsamkeit» zur Meditation. Wenn das keine neue Form von Tempel ist!



Eine neue Therme lockt an die Limmat.

FOTOS: SASCHA BAUMANN/BILD, PRIVAT, FORTYSEVEN/GIANNI BAUMANN