



Glaubenssachen

Sonntag, 4. August 2024, 08.40 Uhr

Frei von Scham und Schuld?
Last und Chancen der Scham
Von Stephan Lüttich

Redaktion: Florian Breitmeier
Norddeutscher Rundfunk
Religion und Gesellschaft
Rudolf-von-Bennigsen-Ufer 22
30169 Hannover
Tel.: 0511/988-2395
www.ndr.de/ndrkultur

- Unkorrigiertes Manuskript -

Zur Verfügung gestellt vom NDR

Dieses Manuskript ist urheberrechtlich geschützt und darf nur für private Zwecke des Empfängers benutzt werden. Jede andere Verwendung (z.B. Mitteilung, Vortrag oder Aufführung in der Öffentlichkeit, Vervielfältigung, Bearbeitung, Übersetzung) ist nur mit Zustimmung des Autors zulässig. Die Verwendung für Rundfunkzwecke bedarf der Genehmigung des NDR.

In den „Buddenbrooks“ erzählt Thomas Mann Geschichte und Geschichten einer Lübecker Kaufmannsfamilie des 19. Jahrhunderts. Berührend ist die unglückliche Liaison der jungen Tony Buddenbrook mit dem Medizinstudenten Morten Schwarzkopf. Kurz vor der Abreise an seinen Studienort Göttingen verbringen die beiden Verliebten einen Nachmittag am Strand und sprechen über die gemeinsame Zukunft:

Er zog ihre Hand noch näher an seine Brust und fragte gedämpft und bittend: „Wollen Sie mir daraufhin nicht ... Darf ich das nicht... bekräftigen ...?“ Sie antwortete nicht, sie sah ihn nicht einmal an, sie schob nur ganz leise ihren Oberkörper am Sandberg ein wenig näher zu ihm hin, und Morten küßte sie langsam und umständlich auf den Mund. Dann sahen sie nach verschiedenen Richtungen in den Sand und schämten sich über die Maße.

Der verbotene Kuss in der Öffentlichkeit ist Tony und Morten sehr peinlich. Denn Scham ist ein vor allem negativ belegtes Gefühl, das in enger Verbindung zu gesellschaftlichen Konventionen steht. Das unangenehme, manchmal regelrecht schmerzhaft empfundene wird oft auch von körperlichen Reaktionen wie dem klassischen Erröten oder wie bei Tony Buddenbrook und Morten Schwarzkopf einem verlegenen Abwenden des Blickes begleitet.

Traditionell war Scham vor allem mit der menschlichen Körperlichkeit und Sexualität verbunden. Ausgelöst wird das Schamgefühl einerseits durch das nicht Erreichen eines innerlich angestrebten oder von außen vorgegebenen moralischen Ideals, andererseits durch die zufällig erfahrene oder von anderen bewusst oder unbewusst ausgelöste Verletzung der eigenen Intimität. In jedem Fall gibt es eine wirklich anwesende oder nur imaginierte andere Person oder Gruppe von Personen, vor der sich der betroffene Mensch schämt. In der beschriebenen Szene aus den „Buddenbrooks“ kommt all dies zusammen: Die Missachtung der bürgerlichen Moralvorstellungen des ausgehenden 19. Jahrhunderts, die den Austausch von Zärtlichkeiten in der Öffentlichkeit als absolut unanständig verurteilten, die körperliche Grenzüberschreitung des Kusses selbst und die Möglichkeit, dass andere Strandgäste Zeugen dieser Verfehlung geworden sein könnten.

Allerdings: Am Strand von Travemünde und allen anderen Stränden des westlichen Kulturkreises wird eine Kuss-Szene wie in den „Buddenbrooks“ heute niemanden mehr mit Scham erfüllen. Nicht nur krasse Reality-Formate in den privaten Fernsehsendern dokumentieren, wie sehr sich das Schamgefühl verändert hat. Ohne Scheu lassen die Teilnehmerinnen und Teilnehmer buchstäblich alle Hüllen fallen. Das gilt ebenso für das Regietheater, wo Nacktheit und die Simulation von Geschlechtsverkehr auf der Bühne stattfinden, ohne dass sich noch jemand aufregt. Und auch in der Literatur der Gegenwart löst die ungeschützte Darstellung intimster Vorgänge nicht erst seit Charlotte Roches „Feuchtgebieten“ keinen Skandal mehr aus.

Das hat vermutlich nicht unwesentlich mit der sogenannten sexuellen Revolution in Folge der gesellschaftlichen Umwälzungen nach 1968 zu tun. Daneben haben auch die rasante Entwicklung der audiovisuellen Medien und sicherlich die Entwicklung des

Internets, das heute jedem Nutzer zu jeder Zeit praktisch unbegrenzten freien Zugang zu Pornographie ermöglicht, dazu beigetragen.

Traditionelle, auf die menschliche Geschlechtlichkeit konzentrierte Vorstellungen von Scham haben wenigstens in den weitgehend säkularisierten Gesellschaften des Westens ihre Bedeutung verloren. Das ist eine Entwicklung, die man in mancher Hinsicht begrüßen kann. Denn die Erziehung zur Schamhaftigkeit diente lange Zeit als Instrument einer rigiden und lebensfremden Sexualmoral. Nicht nur von den christlichen Kirchen wurde bis in die Mitte des 20. Jahrhunderts ein enges, auf körperliche Nacktheit und Sexualität verengtes Verständnis von Scham vertreten. Auf diese Weise wurde ein ungesundes Verhältnis zur eigenen Leiblichkeit gefördert und manchmal durch Verdrängung und Abspaltung eines eigentlich gesunden und natürlichen Sexualtriebs sogar die Entwicklung psychischer Erkrankungen begünstigt. Menschen, die sich aufgrund ihrer sexuellen Orientierung nicht in die engen Schranken dieser öffentlichen Moralvorstellungen einfügen konnten oder wollten, wurden ausgegrenzt und verurteilt.

In anderer Hinsicht muss das allmähliche Verschwinden eines ausgewogenen Schamempfindens aber auch bedauert werden. Denn ein gesundes Schamgefühl, das sich nicht nur auf Sexualität bezieht, sondern die Verletzlichkeit menschlicher Intimität in einem weiteren Sinne betrachtet, kann eine wichtige Rolle für die Menschen als Gemeinschaft und als Individuen spielen. Für ein konfliktfreies menschliches Zusammenleben ist es natürlich von Vorteil, wenn ein angemessenes Schamempfinden den Zusammenhalt stärkt, weil ein die Gemeinschaft belastendes Verhalten vermieden wird. Und den Einzelnen bewahrt die Scham davor, zu schnell zu viel von sich preiszugeben.

Denn bekanntermaßen haben Internet und Social Media nicht nur die Optionen für eine wertschätzende Kommunikation vervielfacht. Gleichzeitig wurden unendlich viele neue Möglichkeiten von Bloßstellung und Beschämung geschaffen. Das sogenannte Cybermobbing an Schulen durch die digitale Verbreitung von Nacktbildern oder anderen intimen Fotos gegen den Willen der dargestellten Jugendlichen ist nur ein Beispiel dafür: zum Teil mit erschreckenden Folgen für die Betroffenen.

Eine andere perfide Spielart ist das Bodyshaming: Die unendlich vielen Bilder scheinbar vollkommener Körper in sozialen Netzwerken führen zur Konstruktion eines vermeintlichen Ideals von Vitalität, Schönheit, Kraft und Jugend, dem kaum ein realer Mensch entsprechen kann. Menschen, die zu dick, zu unbeweglich, zu wenig attraktiv und damit besonders weit entfernt von der Inszenierung des makellosen Körpers erscheinen, werden in der Anonymität des Internets bloßgestellt, gedemütigt und beschämt. Dabei wird vorausgesetzt, dass die Abweichung vom Schönheitsideal auch eine Minderwertigkeit der Person zum Ausdruck bringt.

Die eigentlich ambivalente Bedeutung der Scham kommt schon in der Wortherkunft zum Ausdruck. Das deutsche Wort Scham geht vermutlich auf die indogermanische Wurzel „s-kam“ oder „s-kem“ mit der Bedeutung „sich bedecken, verhüllen, verbergen“

zurück. Dabei mag man zunächst an das belastende Gefühl denken, voller Scham sprichwörtlich im Boden versinken und sich so vor den Blicken der anderen verbergen zu wollen. Positiv gewendet kann das Gefühl der Scham aber auch eine schützende und in diesem Sinne bedeckende Funktion erfüllen. Dieser lebensbejahende Aspekt der Scham wird immer wieder im Zusammenhang mit der Pflege kranker, alter oder behinderter Menschen hervorgehoben. Ursula Immenschuh, Professorin für Pflegewissenschaft, beschreibt das so:

Eine würdevolle Pflege gelingt nur, wenn für die Pflege die Rahmenbedingungen stimmen. [...] Scham muss wahrgenommen und gelten gelassen werden, nur dann kann sie sich als Hüterin der Würde entfalten. Das geht aber nur, wenn mit der eigenen Scham, der Schambioografie, schamauslösenden Situationen und den Abwehrmechanismen, welche die Scham auslöst, bewusst und reflektiert umgegangen wird, wenn hinter der Aggression, der Erstarrung oder auch der Schamlosigkeit die Scham erfüllt und geachtet wird [...]. Die Scham kann uns dabei beste Dienste leisten, die Bedingungen zu schaffen, damit sich bei denen, welche pflegen und welche Pflege in Anspruch nehmen (müssen), Räume der Würde entfalten können.

Scham ist eine Grundkonstante der Existenz. Sich schämen, beschämt werden und der Versuch, mit diesen herausfordernden Gefühlsregungen zurechtzukommen, gehören zum menschlichen Dasein dazu. Seit den Anfängen der Kultur machen sich Philosophen wie Aristoteles, René Descartes, Immanuel Kant, Max Scheler oder Jean-Paul Sartre Gedanken über die Scham. Aber sie ist nicht nur Gegenstand der Philosophie. Bis in unsere Gegenwart beschäftigen sich so unterschiedliche wissenschaftliche Disziplinen wie Theologie, Literaturwissenschaft, Ethnologie, Soziologie oder Psychoanalyse mit diesem Gefühl. Die Forscherinnen und Forscher kommen dabei zu ganz unterschiedlichen, teils sehr kontroversen Einschätzungen über Entstehen, Bewertung und Bedeutung der Scham für das Individuum und für das Zusammenleben der Menschen.

Nicht nur für das Christentum, sondern für die europäische Kulturgeschichte der Scham überhaupt findet sich der entscheidende Bezugstext im ersten Buch der Bibel. Der biblische Schöpfungsbericht endet mit der Erschaffung des Menschen:

Da ließ Gott der Herr einen tiefen Schlaf fallen auf den Menschen, und er schlief ein. Und er nahm eine seiner Rippen und schloss die Stelle mit Fleisch. Und Gott der Herr baute eine Frau aus der Rippe, die er von dem Menschen nahm, und brachte sie zu ihm. [...] Und sie waren beide nackt, der Mensch und seine Frau, und schämten sich nicht.

Die ersten Menschen kennen kein Schamempfinden. Erst als Adam und Eva gegen das Verbot des Schöpfers verstoßen und von der verbotenen Frucht gegessen haben, erleben sie ihre Nacktheit als unangemessen und bedecken ihre Scham mit einem Schurz aus Feigenblättern. Als Gott erscheint, versuchen sie sich zu verstecken. Ihre Nacktheit wird zum Bild der Schuld, die sie auf sich geladen haben und die sie schamhaft vor Gott verbergen möchten.

Der biblische Text beschreibt die schon erwähnten wesentlichen Koordinaten des existentiellen Bezugssystems der Scham: in der Missachtung des göttlichen Verbotes geschieht das Abweichen vom gesetzten Ideal, im Erkennen der eigenen Nacktheit ereignet sich die Verletzung der eigenen, hier körperlichen Intimität und in der Begegnung mit dem Schöpfer tritt Gott als Zeuge des Schamereignisses auf.

In der Geschichte der Theologie entfaltet dieser Bericht über den menschlichen Sündenfall und seine Folgen für das Verhältnis der Menschen zueinander und zu Gott eine außerordentliche Wirkung. Gottesdenker wie der spätantike Bischof Augustinus von Hippo sehen hier eine enge Verknüpfung von Schuld, Scham und Sexualität, die im ursprünglichen Text gar nicht unbedingt angelegt ist. Die Scham Adams und Evas nach dem Sündenfall wird als Symbol für das Bewusstsein ihrer Schuld verstanden. In seiner Interpretation verknüpft Augustinus die Erzählung aus dem ersten Buch der Bibel mit Gedanken, die Paulus in seinem Römerbrief formuliert hat:

Deshalb, wie durch einen Menschen die Sünde in die Welt gekommen ist und der Tod durch die Sünde, so ist der Tod zu allen Menschen durchgedrungen, weil sie alle gesündigt haben.

Für Augustinus hat der Ungehorsam der ersten Menschen eine tiefgreifende Konsequenz für die gesamte Menschheit. Ihre Abkehr vom göttlichen Verbot habe ihren ursprünglichen, paradiesischen Status der Gemeinschaft mit Gott für immer zerstört. Diesen Schuldzustand hätten Adam und Eva dann an alle ihre Nachkommen, also die ganze Menschheit weitergegeben. Aus dieser sogenannten Erbsündenlehre, die von Augustinus hier das erste Mal systematisch formuliert wurde, resultiert auch ein grundsätzlich negativer Blick auf die menschliche Sexualität. Denn die Weitergabe der Erbsünde erfolgt eben durch die geschlechtliche Zeugung.

Aber nicht diese Verbindung zur Sexualität, sondern vor allem der in der augustinischen Erbsündenlehre formulierte enge Zusammenhang von Schamempfinden und moralischer Schuld ist von höchster Aktualität. Der österreichische Philosophieprofessor Robert Pfaller beschreibt in seinem 2022 erschienenen Buch „Zwei Enthüllungen über die Scham“ zahlreiche Felder, auf denen sich das Gefühl nach dem Verschwinden seines traditionellen Verständnisses heute auf ganz neue Weise zeigt:

Man spricht von „Fleischscham“, „Zuckerscham“, „Flugscham“, „Autoscham“, „Plastikscham“, „Bauscham“, „Trägheitsscham“, „Social-Media-Scham“ – ja zuletzt auch von „Impfscham“, „Corona-Scham“ oder auch „2G-Scham“. So schämen sich immer mehr Menschen für immer mehr Dinge, die es entweder zuvor nicht gab oder mit denen sie früher vielleicht ohne Bedenken und ohne schmerzliche Konsequenzen gelebt hätten; ja sogar für Dinge und Handlungen, auf die sie – wie beim Tragen von Pelzmänteln, den Besitz eines Hauses oder beim Verpacken von Geschenken – früher wohl stolz gewesen wären.

Scham und Beschämung werden in unserer Gesellschaft nicht selten zum Instrument moralischer Einflussnahme. Bestimmte Interessen-gruppen formulieren Scham-anlässe, die ihren politischen oder gesellschaftlichen Anliegen entsprechen. Das ist erst einmal nicht ungewöhnlich und entspricht dem bereits beobachteten Koordinatensystem der Scham, die fast immer im Zusammenhang mit der Verletzung bestimmter eigener oder fremder Ideale steht. Neu ist die Rolle der sozialen Medien. Ihre Echokammern transportieren und vervielfachen die moralischen Ansprüche. Gleichzeitig dienen sie als Kontrollräume, in denen Verstöße dokumentiert und die Verursacherinnen und Verursacher mit Häme und Spott überzogen und so beschämt werden. Besonders plakativ ist das etwa, wenn Klima-Aktivisten bei einer privaten Fernreise erlappt oder wenn das Foto einer Parteichefin mit dem zufällig aufgenommenen Einwegbecher im Zugabteil einen kleinen Shitstorm auslösen.

Weil die Beschämung vor allem medial inszeniert wird, bekommt sie offenbar nicht selten auch nur dann Relevanz, wenn der Schamanlass öffentlich wird. Nicht das bloße Abweichen von dem selbst postulierten oder von außen oktroyierten Ideal, sondern erst dessen Bekanntwerden führt zur Scham. Anders als in der klassischen Betrachtung bekommt bei diesen modernen Formen der Schamzeuge eine ganz neue Bedeutung. Wenn zum Beispiel Videos rassistische oder sexistische Ausfälle von Aufgenommenen dokumentieren und für eine virale Verbreitung sorgen. Nicht schon der lediglich imaginierte oder nur möglicherweise anwesende Augenzeuge ruft das Schamempfinden hervor. Erst die Sichtbarkeit des Geschehens für eine ganz breite und gleichzeitig seltsam anonym bleibende mediale Öffentlichkeit führt dazu, dass Menschen sich schämen – oder wenigstens vorgeben, dies zu tun.

Wie dem auch sei: Ob für Tony Buddenbrook und Morten Schwarzkopf am Strand von Travemünde oder die angeblichen Social Media-Stars der Gegenwart – unabhängig vom Anlass ist das Beschämtwerden eine sehr unangenehme Erfahrung, die eine Person nachhaltig beschädigen kann. Angesichts vieler traditioneller und zahlreicher neu entstandener und weiter entstehender Schamanlässe, mit denen die Gesellschaft heute Menschen konfrontiert, kann es sinnvoll und hilfreich sein, die eigene Schamfähigkeit zu stärken. Dabei muss einerseits die Unmöglichkeit, allen Idealen zu entsprechen, ehrlich in den Blick genommen werden. Andererseits braucht es die Gewissheit, dass die eigene Würde von der äußeren Beschämung nicht ernsthaft beeinträchtigt werden kann.

Psychologische Ratgeber würden hier vermutlich von der Notwendigkeit sprechen, die eigene Resilienz zu stärken – also die Fähigkeit der Psyche, mit belastenden Situationen umzugehen. Darüber, wie das gelingen kann, gibt es allerdings keinen wissenschaftlichen Konsens. Vermutlich wird die Resilienzfähigkeit sogar ganz wesentlich von Faktoren in der frühen Kindheit beeinflusst, die einer späteren Phase der Biographie gar nicht mehr zugänglich sind.

Einen theologischen Lösungsvorschlag bietet die biblische Rechtfertigungslehre, wie sie vor allem Paulus in seinem Römerbrief entfaltet. Der Augustinermönch Martin Luther hat ihre Bedeutung in der Auseinandersetzung mit der Erbsündenlehre seines

Ordensvaters herausgearbeitet. Er bringt ihren Gehalt unter anderem auf die Formel „simul iustus et peccator“: Der Mensch sei gleichzeitig Gerechter und Sünder. Aus sich selbst heraus werde er immer wieder an seinen Idealen scheitern, schuldig werden und sich schämen müssen. Für den liebenden Blick Gottes, der um die Schwäche und das Scheitern seines Geschöpfes weiß, sei dieser Sünder dennoch ein Gerechter. Die göttliche Zuwendung könne sich der Mensch ohnehin nicht verdienen. Gott wende sich ihm aus reiner Gnade zu.

Wenn es glückt, ein gutes Gleichgewicht zwischen dem Anerkennen der eigenen Fehler und dem Bewusstsein zu finden, von Gott bedingungslos angenommen zu sein, kann sich eine gute und gesunde Schamfähigkeit entwickeln.

Ob und wie es gelingt, diese befreiende Botschaft des Christentums in die Gesellschaft zu transportieren, wird auch eine Bedeutung für die Zukunft der christlichen Kirchen haben, die in der Vergangenheit nicht selten Menschen beschämt haben, statt sie aufzurichten. Die Theologin Ulrike Wagner-Rau fasst zusammen:

[Das] Aussehen [der Kirche] wird sich nicht zuletzt daran gestalten, wohin sie blickt und was sich durch die daraus folgenden Begegnungen in ihr Gesicht und ihren Leib einzeichnet. Wenn Schwäche und Leiden – am eigenen und am fremden Leib – sie unter der segnenden Zuwendung Gottes nicht zu sehr beängstigen und beschämen, dann muß sie sich weder um ihr Ansehen noch um ihr Aussehen größere Sorgen machen.

Scham ist eine Grundkonstante der menschlichen Existenz. Sich schämen und beschämt zu werden sind nicht per se problematisch. Entscheidend ist es, einen guten und angemessenen Umgang mit diesen komplexen Gemütszuständen zu finden. Ob theologisch begründet oder nicht: Das Wissen um die eigene, unantastbare Würde ist ein unverzichtbares Fundament, um sich konstruktiv mit dem ambivalenten Gefühl der Scham auseinandersetzen zu können. Zur Zeit von Tony Buddenbrook und Morten Schwarzkopf genauso wie heute.