

Johann Hinrich Claussen

Wie man sich richtig schämt

Die Scham als der Anfang der Weisheit

I.

Sie ist eines der stärksten Gefühle und zugleich eines der am besten versteckten. Sie ist allgegenwärtig und wird doch nie offen gezeigt. Sie ist ein starker innerer Motor, aber man hört sie kaum. Nur manchmal - und dann stets ungewollt - sieht man sie einem Menschen an: Der Kopf ist gerötet, die Stimme unsicher, der Blick flattert - er schämt sich. Es lohnt sich, die Scham aus dem Dunkel des Tabus hervorzuholen und öffentlich über sie nachzudenken. Denn sie ist ein zu großer Dauerposten im menschlichen Gefühlshaushalt, als dass man es sich leisten könnte, sie immer nur zu beschweigen. Man wird sich selbst nur durchsichtig, wenn man die eigene Schamhaftigkeit versteht.

Wie folgenschwer die Scham für den einzelnen und für die Gesellschaft ist, zeigt sich am Beispiel der sozialen Not. In alten Kirchen findet man gelegentlich noch Opferstöcke mit der Aufschrift: „Für die verschämten Armen“. Man stutzt. Was für ein Ausdruck: „die verschämten Armen“! Gibt es also auch unverschämte Arme, für die in der Kirche nicht gesammelt wird? In der Tat, die gibt es und es ist nicht leicht mit ihnen. Denn sie bitten nicht gerade höflich um Hilfe. Andererseits muss man fragen, warum nur die Armen aufgefordert werden, verschämt zu sein? Haben sie kein Recht darauf, auch einmal unverschämt zu sein - so wie wir?

Es ist doch eines der Hauptübel der Armut, dass sie die Menschen in die Scham treibt. Und dies ist fast so schlimm wie der Mangel an Geld. Die Scham ist eine zweite Not, die sich über die erste Not lagert. Armut beschämt und lähmt. Die Armen schämen sich, arm zu sein. Also verstecken sie sich, bleiben sie stecken in ihrer Armut. Ein mächtiger Mechanismus der Fremd- und Selbstbeschämung bewirkt, dass sie sich zurückziehen, nicht mehr herausgehen aus ihren kleinen Wohnungen, ihren engen Stadtteilen, ihrem chancenlosen Leben, dass sie verharren in Passivität und Hoffnungslosigkeit und sich nicht mehr selbst engagieren. „Hilfe zur Selbsthilfe“ - das ist ein schöner Spruch, nur scheitert er allzu oft an der Scham. Die staatliche Sozialhilfe wird so lange selbst hilflos bleiben, wie es nicht gelingt, diese Schamblockaden aufzubrechen. Deshalb muss die Hilfe eine doppelte sein. Sie muss den Armen neue Chancen eröffnen, und sie muss die Armen von ihrer Scham befreien.

Übrigens, die Scham wohnt längst nicht mehr bloß in den sogenannten schlechten Stadtteilen. Spätestens seit der Finanzkrise hat sie sich auch in den bürgerlichen Wohlstandsenklaven eingenistet. Die Noch-Besserverdienenden sorgen sich nicht allein um ihren Wohlstand, ihren Status, ihren Arbeitsplatz. Sie haben mindestens eben so sehr Angst davor, dass öffentlich sichtbar wird, wenn sie es nicht mehr schaffen, wenn sie nicht mehr dazu gehören. Sie leiden an Schamangst.

Groß also ist die Macht der Scham, tief schneidet ihr Schmerz. Aber worin besteht sie eigentlich? Was ist sie ihrem Wesen nach? Woher kommt sie? Und wie wird man sie los? Wichtige Fragen, doch wenn die Scham ein menschliches Grundgefühl ist, muss man auch fragen, welche Funktion sie hat. So bitter das Unglück ist, dass sie beschert - hat sie nicht vielleicht noch etwas anderes zu bieten, so etwas wie einen guten Sinn?

II.

Es gibt einen alten Text, der eine überraschende Spur legt. Geschrieben hat ihn Jesus Sirach, ein Weisheitslehrer aus dem Israel des zweiten vorchristlichen Jahrhunderts. Es ist eine Liste über zwei Arten, sich zu schämen:

„Hört, Söhne, die Lehre von der Scham, lernt, was Scham ist nach meinem Urteil. Nicht jede Scham ziemt sich, nicht jedes Schamempfinden ist empfehlenswert. Schäme dich vor Vater und Mutter der Unzucht, vor Fürst und Herrscher der Lüge, vor dem Herrn und der Herrin des Betrugs, vor Gemeinde und Volk der Sünde, vor dem Gefährten und Freund der Untreue, vor dem Ort, an dem du wohnst, der Unterschlagung. Schäme dich, Eid und Vertrag zu verletzen, den Ellbogen aufzustemmen beim Mahl, eine erbetene Gabe zu verweigern, einen Gruß nicht zu erwidern, einer Verheirateten nachzuschauen, den Blick auf eine fremde Frau zu werfen, deinen Bruder abzuweisen, die Verteilung der Opferanteile zu unterlassen, mit deiner Magd dich abzugeben und dich ihrem Bett zu nähern. Schäme dich, deinen Freund zu schmähen, und wenn du ihm etwas gegeben hast, so wirf es ihm nicht vor. Schäme dich, ein Wort, das du gehört hast, weiter zu tragen und ein vertrauliches Gespräch zu verraten. Dann schämst du dich mit Recht und findest Gunst bei allen Menschen.

Aber nimm keine falsche Rücksicht, und schäme dich folgender Dinge nicht: des Gesetzes des Höchsten und seiner Satzung, des gerechten Urteils, das nicht den Schuldigen freispricht, der Abrechnung mit dem Geschäftsfreund und dem Kaufmann, der Verteilung von Erbe und Besitz, der Säuberung von Waagschalen und Waage, der Reinigung von Maß und Gewicht, des Einkaufs, ob viel oder wenig, des Handelns um den Kaufpreis mit dem Krämer, der häufigen Züchtigung der Kinder und der Schläge für einen schlechten und trägen Sklaven. Schäme dich nicht, eine schlimme Frau in Gewahrsam zu halten und dort abzuschließen, wo viele Hände sind, ein Verzeichnis aufzustellen, wenn du etwas hinterlegt hast, auch Einnahme und Ausgabe immer aufzuschreiben, einen Unverständigen und Toren zurechtzuweisen und einen haltlosen Greis, der Unzucht treibt. Dann bist du in Wahrheit vorsichtig und ein behutsamer Mann vor den Augen aller Menschen.“

Was will uns diese Liste sagen? Zunächst zeigt sie ungewollt, dass die Scham zwar etwas allgemein Menschliches ist, die Gegenstände jedoch, an denen sie sich entzündet, zeitbedingt sind. Peinlichkeiten, für die sich Jesus Sirach in Grund und Boden geschämt hätte, sind uns gleichgültig. Anderes aber, das der alte Weise zu tun empfiehlt, wäre für uns furchtbar

beschämend - etwa Gewalt gegen Kinder oder Frauen zu üben. Wie fremd diese Liste ist, zeigt sich auch daran, dass man sie nicht lesen kann, ohne an einigen Stellen zu kichern. Es ist ein befreiendes Kichern, das Distanz zum autoritären Gestus dieser Verse schafft. Und das ist heilsam, denn wenig ist so fatal wie die Verknüpfung von Autorität und Scham. Schlimm ist die Scham als Folge einer autoritären Beschämung. In der Geschichte des Christentums gibt es darüber ein langes und dunkles Kapitel. Zum Glück haben wir es zugeschlagen. In den hiesigen Kirchen wird das alte, kirchlich-autoritäre Bloßstellen und Beschämen kaum mehr betrieben. Das hat inzwischen das Privat-Fernsehen mit seinen Ekel-Talk-Shows und Casting-Sendungen übernommen.

Doch wenn man genauer hinschaut, stellt man fest, dass es Jesus Sirach selbst weniger darum geht, seine Leser in die Scham zu treiben, als sie anzuleiten, sich selbst zu schämen, das heißt: sich aus freiem Willen und innerer Überzeugung der Scham auszusetzen. Dafür ist es aber wichtig, dass sie zwischen richtiger und falscher Scham zu unterscheiden vermögen. Die Scham ist ein zwiespältiges Gefühl. Deshalb gilt es, hier eine Urteilskraft zu entwickeln, die Erscheinungsformen zu sortieren, die eine Scham zu überwinden, die andere aber zu pflegen. Wer dies kann, ist der Scham nicht mehr ausgeliefert. Er verhält sich zu ihr. Das aber muss man lernen. Dem dient diese Liste. Sie ist das Instrument einer regelrechten Pädagogik der Scham. Sich richtig zu schämen ist ein Bildungsziel, das aber nicht nur den Mündigen vorgehalten wird. Es ist das Ziel eines lebenslangen Lernens.

Die rechte Scham, das hat Jesus Sirach schön beschrieben, bezieht sich auf das ganze Leben. Die Sexualität spielt dabei eine große Rolle. Wie könnte es anders sein, hat die Scham es doch stets mit etwas Verborgenen zu tun, das nicht offenbar werden soll. Und hier eröffnet die Scham, die Jesus Sirach lehrt, auch einen Schutzraum für das Intime. Den haben besonders abhängig Beschäftigte nötig - wie die Magd, die vor der Zudringlichkeit ihres Herrn dadurch geschützt wird, dass dieser sich schämen soll, an ihr Bett zu treten. Denn sie wäre seiner Gier wehrlos ausgeliefert. Wohl den Mägden, die schamhafte Herren hatten.

Wichtig ist zudem, dass diese Liste das Sexuelle nur als Teil eines Ganzen verhandelt. Jesus Sirach bezieht die Scham auf die Dinge unterhalb und oberhalb der Gürtellinie, auf den wollüstigen Blick ebenso wie auf schlechte Tischmanieren, das verstohlene Begehren und die arrogante Grußverweigerung, die üble Nachrede und den Versuch, seinen wirtschaftlichen Vorteil dadurch zu suchen, dass er anderen zum Nachteil wird. Gerade die Beispiele aus der Wirtschaft zeigen, dass es eine Leistung ist, sich richtig zu schämen. Man sollte stolz darauf sein und sich seiner rechten Scham nicht schämen - gerade dann, wenn andere meinen, es lockerer sehen zu können, und man selbst den Anschein des Kleinkrämers erweckt. Denn man kann kein ehrbarer Kaufmann sein, wenn man es nicht genau nimmt mit Recht und Ordnung, Maß und Waage, Qualität und Preis. Wären einige Finanzjongleure des 21. Jahrhunderts bei Jesus Sirach in die Schule gegangen, wäre der Wirtschaftswelt einiges erspart geblieben.

So altertümlich manches bei Jesus Sirach klingt, man kann von ihm lernen, wie wichtig es ist, zwischen richtiger und falscher Scham zu unterscheiden. Denn die rechte

Scham ist ein erstes Aufflackern des Gewissens. In ihr regt sich eine moralische Sensibilität für gut und böse - noch etwas hilflos und unter Schmerzen, aber doch lebendig und bewusst. So seltsam es klingt, diese Form der Scham ist ein Akt der Freiheit. Denn richtig schämen kann man sich nur vor sich selbst.

Nebenbei gesagt: Ich frage mich, ob die gegenwärtig beliebte Rede vom „Fremdschämen“ nicht ein wenig am Kern der Sache vorbeigeht. Denn auch wenn einen vieles peinlich berührt, was man bei anderen wahrnimmt - und Fernsehen und Internet bieten dazu überreichlich Gelegenheit -, so richtig schämen kann sich doch nur für etwas, das in einem inneren Zusammenhang mit einem selbst steht. Man kann sich im strengen Sinne eigentlich gar nicht „fremd-schämen“, sondern nur „eigen-schämen“. Denn das Fremdschämen ist einem näher, als es einem lieb sein kann. Zum Beispiel, wenn ich beim Zappen durch die Fernsehkanäle bei „Bibel-TV“ hängen bleibe, dann schäme ich mich - aber nicht über fremde Menschen, mit denen ich nichts zu tun hätte, sondern weil hier mein eigener christlicher Glaube öffentlich dargestellt wird und zwar auf eine Weise, die mir peinlich ist.

Es ist so leicht, sich falsch zu schämen. Dies vermeidet man aber nicht dadurch, dass man sich die Scham ganz abgewöhnt. Man wundert sich ja heutzutage über einige Mitmenschen und denkt sich: „Dass die sich gar nicht schämen!“ Aus der weiten Welt der Unternehmensführer und Betriebsratschefs könnte man einige aktuelle Beispiele nennen. Da hilft es zwar wenig, sich die ganze Liste des Jesus Sirach hinter die Ohren zu schreiben. Aber seine Unterscheidung der beiden Formen der Scham sowie seine Anleitung, sich richtig zu schämen, könnten sich ruhig mehr Zeitgenossen zu Herzen nehmen.

III.

Die Fähigkeit, sich richtig zu schämen, markiert den Anfang eines selbstverantwortlichen Lebens. Kleine Kinder beginnen erst langsam, die Scham zu erlernen. Wenn sie im Hochsommer im Garten spielen und der Vater stellt den Rasensprenger an, reißen sie sich die Kleider vom Leib und rennen nackt und laut durch Hitze und Wasser. Als Vater schaut man ihnen fast ein wenig neidisch zu. Diese unverschämte Lebensfreude ist einem mit den Jahren abhanden gekommen. Und dann schaut man auf den großen Bruder, der es den Kleinen nachtun will, aber erst ins Haus läuft, Handtuch und Badehose holt. Da er sich schon schämt, muss er sich erst umständlich umziehen. Dann aber rennt er kreischend den Kleinen hinterher.

Besonders wild flammt die Scham in der Adoleszenz auf. Dies ist das eigentliche Lebensalter der Scham. Die kindliche Unbefangenheit ist verloren, die Selbstsicherheit des Erwachsenen noch nicht gewonnen. Der eigene Körper wird ein anderer. Da gibt es tausend Gelegenheiten, sich peinlich zu finden. Die Scham hat es sehr häufig mit dem eigenen Körper zu tun, aber nicht nur, sondern ebenso mit dem Gewissen. Sie ist ein ebenso körperliches wie geistiges Gefühl. Denn je reifer man wird, umso mehr hat man die Regeln eines guten Lebens verinnerlicht und umso schneller schämt man sich, wenn man sie verletzt hat.

Von diesem schamhaften Erwachsenwerden handelt eine der berühmtesten Erzählungen des Alten Testaments. Auch wenn das Wort in ihr nicht vorkommt, ist sie die klassische Geschichte der Scham.

Am Anfang ist alles gut für das erste Menschenpaar. Aber ihr Leben im Paradies ist irgendwie nicht real. Es ist wie ein Traum, ein Leben aus bloßen Möglichkeiten, ein Leben ohne Krankheit und Schmerz, ohne Geburt und Tod, ohne gut und böse, ohne Schuld und Scham, ein Leben in träumender Unschuld. Der Mann hat zwar eine Frau - die hatte Gott ihm aus den Rippen geschnitten - aber sie leben miteinander wie Bruder und Schwester. Und was ihr göttlicher Vater ihnen befiehlt, das tun sie, gehorsam wie Lämmer. Sie fragen nicht nach dem Sinn seiner Verbote. Sie wundern sich nicht, warum sie eigentlich nicht vom Baum der Erkenntnis von gut und böse essen sollen. Es muss erst die Schlange kommen. Wie ein Adoleszenzschub in Tiergestalt treibt sie die beiden an, ihre unendliche, ungelebte Freiheit zu verwirklichen. So nehmen sie die Frucht der Erkenntnis und beißen hinein, um selbst Einsicht zu nehmen in das moralische Geheimnis, um selbst zu fragen und zu entscheiden.

Plötzlich gehen ihnen die Augen auf. Und was sehen sie? Sie sehen, dass sie nackt sind. So treten sie in ein Verhältnis zu sich selbst und zum anderen, körperlich und geistig. Das löst ein Befremden, einen Schmerz aus. Zum ersten Mal schämen sie sich. Doch nicht lang, denn sie sind erfinderisch. Sie müssen, aber sie wissen sich auch zu helfen. Vor der Scham ist das nicht nötig gewesen. Nun aber müssen sie sich als Schneider betätigen. Wobei sie zunächst nur auf vegetabile Stoffe zurückgreifen können. So machen sie sich Schurze aus Feigenblättern.

Da hören sie, wie Gott sich nähert. Er liebt es, in der Kühle des Abends durch seinen Garten zu schlendern. Plötzlich überkommt die beiden eine große Furcht vor ihm. Sie schämen sich. So können sie ihm nicht unter die Augen treten. Richtig blickdicht scheinen die Feigenblattschurze nicht geraten zu sein, sonst müssten sie sich nicht vor ihm unter den Bäumen verkriechen. Aber Gott spielt nicht lange Verstecken. Er stößt die beiden auf. Er sieht, dass sie sich schämen, und erkennt, dass sie nun erwachsen sind. Sie sind nicht mehr seine Kinder. Was bleibt ihm anderes übrig, als ihnen die Tür zu weisen? Sie müssen von zu Hause ausziehen. Dabei fallen böse Worte, wie es meist geschieht, wenn eine Familie zerbricht. Gott schickt ihnen einen Fluch hinterher. Sie werden nie zurückkehren in das Paradies ihrer Kindheit. Aber in diesem Fluch steckt auch ein Segen, nämlich die Chance, in Zukunft selbst zwischen gut und böse zu wählen. Wie sonst könnten die beiden all das, was an Möglichkeiten in ihnen steckt, verwirklichen? Doch Gott jagt sie nicht einfach so vom Hof. Er hilft ihnen auch. Ihm war wohl aufgefallen, dass es mit den Schneiderkünsten der beiden nicht zum Besten steht. Mit diesen Feigenblattschurzen würden sie in der harten Welt dort draußen nicht zurande kommen. Also legt er selbst Hand an, besorgt warme Felle und schneidert ihnen zum Abschied wetterfeste Kleidung.

Die Erzählung vom Sündenfall wird meist als eine Schreckensgeschichte verstanden, als eine Sage um Gebot, Gehorsam, Sünde, Strafe. Doch man kann sie auch anders lesen,

nämlich als eine Geschichte des Erwachsenwerdens. Und in diesem Prozess des Wachsens und Reifens spielt die Scham eine entscheidende Rolle. Sie ist das Indiz, das Signal dafür, dass endlich ein eigenes und selbstbestimmtes Leben begonnen hat - mit all seinem Schmerz, aber auch mit all seinem Glück. War es also eine gute oder eine schlechte Scham, die Adam und Eva im Paradies nach dem Apfelgenuss empfunden haben? So richtig falsch kann sie nicht gewesen sein. Denn sie war notwendig, sonst hätte die Geschichte Gottes mit den Menschen nicht weitergehen können.

III.

Viel Zeit ist seitdem vergangen. Doch die Scham ist uns geblieben. Sie hat sich fortgepflanzt und wird es weiter tun, so lange es Menschen gibt. Als falsche Scham, die man nur zu gern loswerden möchte. Und als richtige Scham, mit der man zu leben lernen muss. Sie ist eine Last, aber nicht nur. Denn sie erwächst aus einer persönlichen Stärke, nämlich der Sensibilität für den Unterschied von gut und böse. So ist sie ein unverzichtbares Warnsignal des Gewissens und weist das eigene Empfinden, Denken und Handeln in eine neue Richtung, führt einen zu einem besseren Leben.

In einem Psalm heißt es, die Ehrfurcht sei der Anfang aller Weisheit. Das ist ein schöner Vers. Aber vielleicht ist „Ehrfurcht“ ein allzu grandioses Wort. Es wäre wohl besser, ein paar Stufen darunter zu beginnen, nicht bei dem überwältigenden Gefühl des Erhabenen, sondern bei dieser leisen Rötung, diesem heimlichen Irrewerden an sich selbst, diesem inneren, moralischen Juckreiz. Denn hier, mit der Scham, fängt das an, was irgendwann einmal in ein so großes Gefühl wie Ehrfurcht münden kann. Oder wie es Sebastian Brant, der große Moralist und Satiriker der frühen Neuzeit, in seinem „Narrenschiff“ geschrieben hat: „Die echte Weisheit fängt an mit Scham“.