

„Jemand sein dürfen statt etwas sein müssen“ - Gedanken zur Rechtfertigungsthematik

Daniel Hell

Rechtfertigung ist ein besonderes Anliegen der Reformation. Sola gratia, sola fide, sola scriptura, solus Christus! Die von Gott geschenkte Rechtfertigung sollte die im Mittelalter betonte Werkgerechtigkeit ersetzen. Wem sage ich das?

Wenn ich im Folgenden als Psychiater und Psychotherapeut zu Ihnen rede, so will ich nicht theologisch argumentieren. Es steht mir nicht zu. Ich bleibe bei meinem Leisten und möchte von daher prüfen, was ich psychologisch und anthropologisch allenfalls beitragen kann. Das heisst aber nicht, dass ich die Botschaft der Evangelien einfach unerwähnt und beiseite lassen will. Vor allem am Schluss werde ich auf sie exemplarisch verweisen.

Inhaltsübersicht

Zunächst geht es mir aber darum, auf die Voraussetzung jeder Schuld und Rechtfertigung hinzuweisen und auf die Bedeutung von Scham im Erkennen und Fühlen von Schuld kurz einzugehen. Dann möchte ich aufzeigen, weshalb ein forcierter Individualismus heute mit einer gesteigerten Beschämungsgefahr und mit einer Tendenz zu narzisstischen Kränkungen einhergeht. Das wiederum führt zu vermehrten Selbstrechtfertigungen, auch weil Scham, insbesondere Schuldscham immer häufiger abgewehrt wird. Umso mehr braucht der spätmoderne Mensch Erkenntnisse, die ihn Demütigungen und Kränkungen neu sehen lassen und ihn möglichst aus der Falle moderner Beschämungstaktiken befreien. Dazu scheint mir aber ein Hervorheben bestimmter Aspekte der Evangelien prüfenswert.

Jemand und Etwas

Ich beginne mit einem Kernsatz, der mir persönlich sehr wichtig geworden ist. „Jemand sein dürfen, statt etwas sein müssen.“ Auch darin ist - wie in der lutherischen Rechtfertigungslehre - von einem Geschenk die Rede, nämlich von der Freiheit des Dürfens. Es wird abgesetzt vom Müssen, also von vorgeschriebenen Werken. Aber es bleibt in meinen Grenzen gesagt, wenn es wohl auch nicht unbeeinflusst von meinem christlichen Erbe ist. Denn wir können nur als Jemand, als Person, gerechtfertigt werden – oder in christlicher Sprache: Gnade erfahren – aber nicht als Etwas, auch

nicht als Leistungsträger, zu dem wir in unserer Gesellschaft oft gemacht werden oder zu dem wir uns im Selbstoptimierungswahn oft selbst machen .

Die Unterscheidung von Jemand und Etwas, Person und Sache, ist im christlichen Denken mitgedacht. Sie muss aber heute in der modernen technisch- naturwissenschaftlich geprägten Sachwelt immer wieder herausgearbeitet und betont werden. Ein Objekt – zum Beispiel ein Computer – braucht keine Rechtfertigung. Eine Maschine lädt keine Schuld auf sich. Sie schämt sich auch nicht. Weil wir seelisch erleben und als Person handeln – weil wir ein Bewusstsein von uns selbst haben und von diesem Ausgangspunkt her auch frei entscheiden können – sind wir schulfähig. Nur deshalb können wir uns auch schämen. Gerade das Schamgefühl zeigt besonders deutlich auf, dass wir keine Sache, auch kein komplizierter Apparat sind. Wir sind Person. Zwar werden wir meist als Träger einer Eigenschaft beschämt - etwa als dumm, dick, schwul, blauäugig, schwarzhäutig oder als links und nett, manchmal auch als fromm. Doch könnten wir uns gar nicht schämen, wenn wir nur ein Objekt mit solchen Eigenschaften wären. Wir schämen uns nur dann, wenn wir uns infolge dieser Beschämungen selbst in Frage stellen.

Wir können auf Beschämungen aber auch gekränkt reagieren. Dann suchen wir uns anders als in Scham selbst zu rechtfertigen. Wir wollen diese Infragestellung, diese Beschämung, nicht auf uns sitzen lassen. Leider hat unser Rechtfertigen meist nicht den gewünschten Erfolg. Im Gegenteil. Indem wir uns rechtfertigen und verteidigen, verweisen wir erst recht auf die abwertende Kritik hin, die uns geschieht. Wir laden sie gleichsam noch auf.

Zur Überwindung von Beschämungen

Ich glaube deshalb, dass es gerade bei Kränkungen und Beschämungen einer anderen Rechtfertigung bedarf. Wir sind entlastet, wenn wir von anderen, liebevollen Augen angesehen werden oder spüren, dass andere uns verstehen und zu uns stehen, das heisst auch, dass wir als Person ernst genommen und nicht als Objekt abschätzig behandelt werden. Wir erfahren uns dann als Jemand, als ein Ich, welches von einem Du angesprochen wird. Es ist diese Ich-Du-Beziehung , die uns hilft, eine Beschämung zu überwinden. Dann wird die Beschämung durch eine Würdigung aufgehoben. Wir bekomme unsere Würde zurück. Das heisst aber nicht, dass wir bloss aufgewertet werden, denn dann blieben wir ein Es, ein Objekt, das beurteilt wird. Die Gabe des Mitmenschen befreit uns - und zwar "gratis" (ein Wort, das von gratia abgeleitet ist).

Solange wir aber unter dem Eindruck stehe, dass die Zusprache berechnend im Sinne eines Tauschhandels, gleichsam aus dem oekonomischen Prinzip gegenseitiger Bevorteilung heraus, geschieht, sind wir doppelt beschämt. Dann neigen wir erst recht zur Heimzahlung. "Auge um Auge, Zahn für Zahn" (wobei dieses talionische Prinzip unsere Rache ja noch begrenzt).

Das wirkliche Angenommensein in Liebe bewirkt anderes. Es durchbricht die Tauschlogik der gewohnten Oekonomie und erwartet keinen Lohn. Dabei ist der liebende Blick oft schamhaft. Er

senkt sich, fixiert nicht, verzichtet auf Intention. Wer als Beschämter solche liebende, oft verschämte Annahme erlebt, fühlt sich beschenkt, ohne zu einer Gegengabe verpflichtet zu sein. Das befreit auch dazu, nun seinerseits freiwillig zu geben.

Gekränkt-Sein und Scham

Umgekehrt gilt: Solange wir gekränkt sind, nehmen wir nicht nur den anderen, sondern auch uns selbst nicht an. Wir fühlen uns beraubt. Wir sehen nur, was uns an Besitz und Wert, also objekthaft an Habe weggenommen wurde und behandeln uns selbst wie ein Etwas, ein Es. Gekränkt sind wir narzisstisch verletzt. Wir fixieren uns auf das, was uns erniedrigt. Wir erfahren uns als Opfer. Damit machen wir uns selbst zum Objekt. Wir verdinglichen uns im Blick der anderen. Es dreht sich alles darum, wie wir bewertet werden. Oft kommen Racheimpulse auf, weil wir glauben, nur dadurch, dass wir andere erniedrigen oder vernichten, könnten wir selbst aufgewertet werden. Auch Neid kann sich breit machen. Der andere hat, was uns zusteht.

Es kann aber auch vorkommen, dass wir uns später schämen, so gekränkt und neidisch reagiert zu haben. Dann nehmen wir uns selbst ernst. Kalter Zorn oder bitterer Neid weicht dann brennender Scham. Wenn wir uns schämen, sind wir nicht mehr nur verletzte Objekte. Oder wir vergleichen uns nicht mehr bloss mit anderen.

Wir erleben einen Zwiespalt in uns selbst, eine Differenz zwischen eigenem Ideal und realem Verhalten. Der Sensor Scham macht uns auf einen inneren Bruch, eine Krise der Identität, aufmerksam. Er alarmiert uns, doch ohne uns - wie häufig angenommen - zu entwerten. Denn dass wir uns schämen können, setzt eine gewisse Selbstachtung voraus. Nur wenn wir uns respektieren, kann Scham auch eine Gefährdung der Selbstachtung anzeigen.

Anders wenn wir Scham nicht eingestehen oder abwehren und zum Beispiel narzisstisch gekränkt reagieren. Dann setzen wir uns nicht mit uns selbst auseinander. Wenn wir anhaltend gekränkt reagieren, regredieren wir auf eine narzisstische Position. Narzissmus geht in der kindlichen Entwicklung der Scham voraus. Er schwächt sich ab, wenn ein Kind zur Scham fähig wird. Aber wir bleiben auch als erwachsene Menschen narzisstisch gefährdet. Mögliche Folgen der narzisstischen Kränkung sind beim Erwachsenen Wut und Racheimpulse, auch weil in tiefer Beschämung Selbstabgrenzung und Selbstachtung schwerlich aufrecht erhalten werden können. Es liegt alles beim anderen, nicht an uns.

Das hat zur Folge, dass narzisstisches Gekränkt-Sein - im Gegensatz zur Scham - die Gestaltung einer zwischenmenschlichen Beziehung erschwert oder sogar verunmöglicht.

(Ich werde später noch einmal darauf zurückkommen. Vielleicht darf ich mit Ihnen an dieser Stelle einen kleinen Versuch machen, um den Unterschied zwischen Gekränkt-Sein und Scham zu illustrieren. Dieser wichtige Unterschied wird leider sogar in der psychologischen Fachliteratur sehr oft nicht gemacht.)

In der Sprache Martin Bubers kann der Unterschied zwischen Scham und Gekränkt-Sein so beschrieben werden: Im Gekränkt-Sein geht mir der Mitmensch als Du verloren. Ich erfahre mich zum Objekt gemacht und verharre zum Mitmenschen in einem Ich-Es-Verhältnis. Demgegenüber nehme ich mich den anderen, wenn ich mich schäme, als ein Du wahr, zu dem ich die Beziehung nicht verlieren möchte.

Diese Ich-Du-Beziehung ist heute aus verschiedenen Gründen zunehmend gefährdet. Martin Buber hat schon 1953 in seinem Werk "Gottesfinsternis" (S. 152) die prophetischen Worte geschrieben: "In unserem Zeitalter hat die Ich-Es-Relation, riesenhaft aufgebläht, sich fast unangefochten die Meisterschaft und das Regiment angemasst. Das Ich dieser Relation, ein alles habendes, alles machendes, mit allem zurechtkommendes Ich, das unfähig ist, Du zu sprechen,... ist der Herr der Stunde."

Verdinglichung und Funktionalisierung in der Spätmoderne

Tatsächlich werden wir in unserer spätmodernen Zeit immer häufiger zu etwas gemacht, das sich abbilden, fotografieren, ausmessen, analysieren, berechnen lässt. Also zu einer Sache oder zu einem Körper, den wir *haben* und der wir nicht *sind*. Wir werden auch angehalten, etwas zu leisten und dieses Etwas muss ausmessbar und empirisch überprüfbar zu sein, also sich zum Beispiel in objektivierbaren Leistungen, in der Zahl hergestellter Kontakte oder Verkäufe, im Lohn, in Diplomen und Evaluationen und in der Zahl der Likes im Internet statistisch ausweisen lassen. Man könnte auch sagen, wir werden zu einem Werkzeug gemacht, das eine bestimmte Funktion zu erfüllen hat. Auch in der Medizin werden wir zunehmend als Körper behandelt, dem etwas fehlt. Das gilt selbst für mein Fachgebiet der Psychiatrie, wo oft davon ausgegangen wird, dass eine psychische Störung eine Hirnstörung darstellt, die es chemisch zu reparieren gilt. Wir sind aber mehr (und in Klammern gesagt: Unser Körper ist mehr als eine chemische oder elektrophysiologische Maschine.). Wir können auch fühlen, denken, entscheiden und handeln. Dazu brauchen wir Kopf, Herz und Hände, vor allem auch das Gehirn, doch erleben wir uns in einem solchen Fall eben gerade nicht als ein gegenständliches Etwas, sondern als eine Person, die sich selber – auch körperlich – wahrnimmt. Wir sind als Jemand nicht bloss Objekt einer äusserlichen Beobachtung oder Visualisierung, sondern auch Subjekt seelischer Empfindungen und persönlichen Handelns.

Tendenz zur Drittperson-Perspektive

Philosophisch wird dieser Unterschied von Jemand und Etwas mit zwei grundsätzlich verschiedenen Sichtweisen in Beziehung gebracht. Beide sind nötig, weil die eine nicht durch die andere ersetzbar ist. Die Perspektive, die unser innerliches seelisches Erleben gleichsam aus erster Hand erfasst, wird philosophisch die Perspektive der ersten Person genannt. Meist wird auch vereinfacht und ungenau von der Innensicht gesprochen, weil nur der Einzelne fühlend und empfindend einen direkten Zugang zu sich selber hat. Dieser Innensicht steht die Aussensicht gegenüber. Philosophisch genauer wird

von der Perspektive der dritten Person gesprochen, weil wir uns in einem solchen Fall eben nicht selber spüren, sondern von Drittpersonen von aussen in den Blick genommen werden (oder uns selber im Spiegel beobachten). Diese Aussensicht oder genauer diese Perspektive der dritten Person bestimmt nun weitgehend unsere moderne Kultur, die technisch-wissenschaftlich geprägt ist. Grosse technische Fortschritte haben unsere Welt verändert. Sie beeinflussen aber auch unser Denken. Sie haben dazu geführt, dass wir uns selber immer mehr – wie erwähnt – als Objekte behandeln. Dabei vergessen wir allerdings meist, dass wir ohne Perspektive der ersten Person uns gar nicht erkennen könnten. In meinem Fachgebiet sind die Abbildungen der sogenannten Bildgebenden oder Imaging Verfahren wie MRI, die das Gehirn oder seine Aktivität wiedergeben, bezüglich psychischer Phänomene nur interpretierbar sind, wenn sie mit dem Erleben eines Menschen korreliert werden.

Beispiel Depression

Diese Erlebensdimension ist auch in Psychotherapie und Seelsorge besonders bedeutsam. Es gilt das seelische Erleben zum Beispiel depressiver Menschen empathisch mitzuerleben und nicht nur ihre Krankheitsproblematik, sondern auch ihre Person, die sich depressiv erlebt, wahr- und anzunehmen. Denn das depressive Erleben ist eben keine Sache. Es ist vielmehr der Aufschrei einer Person, der darauf hinweist, dass sich etwas ändern muss. Dieser Aufschrei, so stumm er gerade bei schwer gehemmten depressiven Menschen manchmal ist, muss gehört werden. Aber nicht in erster Linie so, dass die betroffene Person korrigiert wird, sondern so, dass sie sich als Person – auch und gerade in ihrem depressiven Erleben – angenommen und verstanden fühlt.

Besonders eindrücklich hat einer meiner Patienten, der Schweizer Filmmacher Rolf Lyssy, die Erfahrung dieser depressiven Hemmung in seinem Buch „Swiss Paradise“ beschrieben. Der erfolgsgewohnte Künstler, der u.a. den äussersten populären Film „Die Schweizermacher“ realisierte, geriet in eine schwere Depression, die einen mehrmonatlichen Aufenthalt in meiner Klinik nötig machte, als er an einem für ihn wichtigen Filmprojekt scheiterte. Rolf Lyssy schildert eindrücklich, wie er trotz vieler Widerstände lange Zeit an dem Projekt festhielt. Erst die zunehmende depressive Lähmung hinderte ihn, an seinem aussichtslos gewordenen Projekt weiter zu arbeiten. Schliesslich akzeptierte er, dass ihm die Realisierung dieses Lebensziel versagt blieb. Sein Buch ist ein schonungsloses Dokument depressiver Lähmung. Rolf Lyssy erlebte, wie sein Körper ein reibungsvolles Bremsmanöver einleitete. Solange sich diese innere Bremse nicht löste, führte jedes willentliche Ankämpfen nur zu grösserer Spannung. Zum Erfolg verpflichtet, fühlte sich Rolf Lyssy durch die depressive Aktionshemmung zur Schnecke gemacht: „Es war, als ob ich ständig über die eigene Schulter schauen und jede Sekunde von neuem über mich selbst erschrecken würde.“

Für die meisten depressiven Menschen ist dieser Gegensatz von Wunsch und Realität, von Erwartung und Versagung grauenhaft. Denn ihr depressives Erleben wird durch keine Ohnmacht, keine Verwirrung oder Demenz gemildert.

Die Krankenrolle, die die moderne Medizin dem Leidenden zur Verfügung stellt, kann ihn zwar entlasten. Aber die Krankenrolle trägt einen Menschen nicht und bindet ihn nicht in ein kulturelles

Sinngewebe ein. Die Krankenrolle erhält ihre gesellschaftliche Rechtfertigung nur als Ausnahmeregelung. Die soziale Verpflichtung, als Individuum für sich selber zu sorgen, bleibt auch im Krankenzustand grundsätzlich in Kraft. Auch vom Kranken wird erwartet, dass er sein Bestes tut, um seinem Ausnahmezustand ein Ende zu setzen.

Selbstüberforderung im verordneten Individualismus

Daran lässt sich illustrieren, dass der Individualismus heute nicht mehr - wie in der Aufklärung - bloss eine Bewegung von widerständigen Einzelnen ist, die auf ihre persönlichen Rechte pochen. Vielmehr ist der Individualismus zu einer Art Sozialkultur geworden, die dem einzelnen Individuum Selbständigkeit und Selbstwirksamkeit abverlangt. Das reformatorische und aufklärerische Projekt der Moderne, das den Menschen aus traditionellen Zwängen und einem ihm auferlegten Schicksal befreite, hat eine paradoxe Erweiterung erfahren. Man kann sogar von einer paradoxen Umkehr sprechen, wenn aus individuellen Freiheitsrechten vermehrt gesellschaftliche Verpflichtungen abgeleitet werden. Selbstverwirklichung ist nicht mehr nur Privatsache, die auch Widerstand bedeuten kann, sondern sozial geforderte Anpassung an gesellschaftliche und erzieherische Normen. Selbstbestimmung, Selbstbehauptung, Selbstverwirklichung und neuerdings Selbstoptimierung sind heute vermehrt zu Begriffen geworden, die verpflichtenden Charakter haben. Sie lassen kaum eine Wahl offen, sondern sie geben die Richtung vor, wie sich ein Mensch zu entscheiden hat, nämlich sein Glück bei sich selber zu suchen.

Die kulturelle Tendenz, den Menschen als autonomes Individuum zu sehen, der sein Geschick selbst bestimmt, hat unübersehbare Folgen vor allem bei Menschen, die nicht so ich-stark sind oder ein niedriges Selbstwertgefühl haben, also bei Menschen, die zu Selbstunsicherheit neigen, sich leicht in Frage stellen und bei Misslichkeiten ins Grübeln und Hadern geraten (Hell 2009). Diese Menschen, zu denen besonders viele depressive Menschen zu rechnen sind, tragen heute besonders schwer an Zurückstellungen, persönlichen Verlusten oder Misserfolgen, weil sie ihr Pech als moderne Menschen nicht als Schicksal, sondern als persönliches Versagen erleben müssen, diese Einschätzung aber nicht mit einem starken Selbstbewusstsein auffangen können.

Scham und Schamabwehr

Konsequenterweise stellen sie sich stark in Frage. Sie schämen sich, den geltenden Wertvorstellungen eines sich selbst behauptenden Individuums nicht zu entsprechen, (auch wenn sie die soziale Norm mehr ahnen als ihrer bewusst sind). Sie können sich nicht mehr im gleichen Masse wie frühere Generationen damit trösten, dass andere ihr Schicksal teilen, weil es sozial bedingt ist – durch Stand, Schicht, Religion oder Familie. Vielmehr fühlen sie sich als Einzelne vermehrt für ihre soziale Lage selber verantwortlich, auch wenn die sie verursachenden gesellschaftliche Benachteiligungen fortbestehen. Dadurch bleibt aber auch der Makel der Unterlegenheit an ihnen persönlich haften. Doch darf heute Scham nicht sein. Scham gilt als minderwertiges Gefühl, als ein

Zeichen von Schande oder von Schwäche, das zu einem autonomen Menschen nicht passt. Konsequenterweise wird die erfahrene Scham oft nicht eingestanden und verdrängt oder schon unbewusst abgewehrt. Eine Folge davon ist die Zunahme narzisstischer Kränkungen, besonders wenn moderne Menschen tatsächlich - wie postuliert - eine Tendenz zum Narzissmus haben. Das gefährdet aber die Gemeinschaftsbildung und die persönliche Reifung.

Es scheint mir die Tragik eines sozial verordneten Individualismus zu sein, dass er Menschen vermehrt kränkbar macht. Indem er das Individuum aus den sozialen Gegebenheiten herauslöst, kann eine Art „destruktive Selbstbezüglichkeit“ (Neckel 2010) entstehen.

Zwar scheint unsere Gesellschaft manchmal den Eindruck von Schamlosigkeit zu machen, weil körperliche Nacktheit und sexuelle Enthemmung auf keine Tabus mehr treffen. Die Schamanlässe haben aber heute nicht abgenommen. Was Scham auslöst, hat sich nur verschoben: Von der Entblössung sekundärer Geschlechtsmerkmale zur Stigmatisierung von Körperformen (etwa Adipositas), von moralischem Versagen zu sozialem Statusverlust und beruflichem Abstieg, von Abwertungen in Institutionen zu Blossstellungen in Internet und Massenmedien, von sexueller Lust zu ästhetischen Mängeln (man denke nur daran, dass heute ganze Industrien, auch Schönheitschirurgen und Hautärzte, von der sozialen Beschämung von Falten, Haarmangel, etc leben).

Neue Beschämungstaktiken und vermehrte Beschämungsangst

Auch die Beschämungstaktiken haben sich gewandelt. Sie sind aber nicht weniger geworden. Vielmehr sind sie durch die Verschiebung des Wertgefüges - vom gemeinschaftlichen Wir zum individuellen Ich - eher vielfältiger und treffsicherer geworden. Ein Achtungsverlust, Kern aller Scham, kann heute einen Menschen an vielen Stellen und besonders tief treffen. Der moderne Mensch fühlt sich häufig entwertet: etwa durch Prestigeverlust bei Degradierung bzw. Positionsverlust, niedrige Bezahlung bzw. Lohnkürzung oder Entlassung, schlechte Benotung (im um sich greifenden Prüfungs- und Evaluationswesen), Mobbing, Blossstellen in Medien und Internet, Pathologisierung und viele weitere Arten der Entwertung. Solche Beschämungstaktiken sind heute besonders effizient, weil auch der moderne Mensch in seinem Selbstwertgefühl auf die Wahrnehmung anderer Menschen und deren Anerkennung angewiesen bleibt, sich aber für die Wertung, die ihm geschieht, vermehrt selber verantwortlich fühlt.

Nach dem Soziologen Sigward Neckel „durchzieht Schamangst die moderne Gesellschaft, weil die Gefahr des Achtungsverlustes den Wert der Einzigartigkeit bedroht. Genau hier knüpft nunmehr die alte Technik der sozialen Kontrolle an, den Einzelnen durch Signale der Missachtung auf Konformität auszurichten (Neckel 2010).“ Konform zu sein heisst aber heute, selbstwirksam und erfolgreich zu sein. In diesem Zusammenhang wird Scham oft maskiert oder verdrängt, auch weil sich Scham mit dem Ideal ungenierten und ungebremsen Erfolgsstrebens nicht verträgt. Um die Scham legt sich bedrückendes Schweigen.

Umgang mit Scham

Der Umgang mit versteckter Scham ist heute in der Psychotherapie, auch in der Seelsorge, aber weit darüber hinaus im Alltag besonders wichtig geworden. Schamloses Verhalten ist manchmal eine Abwehr von Scham, die sehr unangenehm ist. Schon vor einem halben Jahrhundert stellte der Philosoph Günter Anders fest, dass der stark beschämte Mensch mit seinen heftigen Schamgefühlen nichts anfangen kann und, statt seinen Privatbereich zu verbergen, häufig «in eine der Scham direkt entgegengesetzte Attitüde» übergeht, z. B. in die «Unverschämtheit». Günther Anders dürfte damit recht behalten haben. Die «Schamlosigkeit» vieler aktueller Verhaltensweisen zeugt nicht von einer Bedeutungslosigkeit der Schamgefühle, sondern von einer veränderten Einstellung zur Scham.

Es ist deshalb kein Zufall, dass in Psychotherapie, Seelsorge und Pädagogik verdeckte Schamängste an Bedeutung gewinnen. Konsequenterweise bekommt der Umgang mit Scham im therapeutischen Bereich mehr Aufmerksamkeit. Dabei gilt es, dieses Gefühl nicht zu entwerten. Nur das Ernstnehmen der Scham - und nicht ihre Abwehr - erleichtert das Besprechen persönlicher Schwierigkeiten.

Vor allem Kinder und Jugendliche sind in ihrer Entwicklung gefährdet, wenn sie keinen hilfreichen Umgang mit ihren (Scham-)Gefühlen finden. Es wäre jedoch falsch, davon auszugehen, dass die Identitätsentwicklung bei Erwachsenen abgeschlossen ist und die Auseinandersetzungen mit Scham bei ihnen keine entscheidende Rolle spielen würde.

Wir müssen uns umso mehr mit der Schamthematik auseinandersetzen, als wir - wie kurz dargestellt - immer häufiger als Objekte und Funktionsträger behandelt und evaluiert werden und uns auch selber vermehrt wie Objekte bewerten und damit entfremden. Die Abwehr aufkommender Scham vertieft diese Problematik.

Zweifellos nimmt das dumpfe Gefühl, unrecht und beschämend behandelt zu werden, in unserer Bevölkerung zu. Die in vielen Umfragen feststellbare Verunsicherung breiter Kreise der Bevölkerung hat mit Angst zu tun. Auch das Aufkommen populistischer Bewegungen mit autoritären Führern, die gerade ihrer Schamlosigkeit wegen Bewunderung finden, spricht für diese Zusammenhänge.

Die Beschämungsangst wird aber so lange nicht geringer, wie sich der Einzelne nur als Objekt oder als statistische Zahl wahrgenommen fühlt. Hier scheint mir nun der Umgang mit Beschämung und Scham von grosser Bedeutung zu sein - auch im religiösen und kirchlichen Bereich.

Scham und Christentum

Wie aber finden tief beschämte Menschen neuen Halt? Wie kann in einer verdinglichten Welt bzw. in einer technisch-naturwissenschaftlich am Objekt orientierten Kultur von Gott als Du - und nicht in abstrakter Es-Form - gesprochen werden? Wie können die Kirche und ihre Seelsorger in der Vermittlung ihrer Botschaft - auch von Vergebung - darauf Bezug nehmen, dass westliche Menschen heute weniger schuldgeprägt sind, sondern immer mehr mit Kränkungen ringen, weil sich die frühere "Schuldkultur" tendenziell zu einer "Beschämungskultur" gewandelt hat?

Gewiss, es gab immer Menschen, die sich selbst gerechtfertigt haben und wähten, keine Gnade zu brauchen. Das wird im biblischen Gleichnis vom selbstgerechten Pharisäer und des um Gnade bittenden Zöllners illustriert. Doch wer sich heute in Frage stellt, fühlt sich öfter nicht als Sünder, sondern als Versager. Er wünscht sich Bestätigung und Achtung. Er kann eigene Fehler oft erst annehmen, wenn er Anerkennung erfahren hat.

Von der Würde des Menschen handelt aber auch die christliche Botschaft. Sie handelt nicht nur von Schuld. Sie nimmt die Beschämung und Scham der Menschen ernst. Vielleicht gilt es diesen Aspekt heute neu zu betonen. Erlauben Sie mir deshalb zum Schluss, Ihnen in dieser Hinsicht einige Ihnen wohlbekannte Bibelstellen anzuführen.

Jesus wählte bekanntlich Menschen von niedrigem Stand als seine Mitarbeiter aus. Von den religiösen Repräsentanten seiner Zeit wurde ihm vorgeworfen, sich mit Huren und Gesetzesbrechern abzugeben. Tatsächlich verkehrte Jesus ja beispielsweise mit dem verachteten Zöllner Zachäus oder stellte sich schützend vor eine schwer gedemütigte "Ehebrecherin".

In der neutestamentlichen Geschichte von der Ehebrecherin wird eine namenlose Frau in einer Art Schauprozess von den damaligen religiösen Führern vorgeführt. Sie dient bloss als Demonstrationsobjekt, um Jesus eine Falle zu stellen. "Als Figur reduziert auf das, was sie getan hat, ist sie ihrer Individualität entkleidet" (Fechtner S. 68).

Jesus reagiert in dieser Geschichte auf die Vorhaltungen der Schriftgelehrten und ihrem Hinweis auf das mosaische Gesetz, welches für Ehebruch die Todesstrafe vorsieht, zunächst mit Schweigen. Er bückt sich und schreibt mit dem Finger auf die Erde. Dann spricht er zu ihnen: "Wer ohne Sünde ist, werfe den ersten Stein.... Als sie das hörten, gingen sie weg, einer nach dem andern, die Aeltesten zuerst ... Und Jesus blieb allein mit der Frau, die in der Mitte stand." (Johannes 8, 7-9) Erst jetzt wird die Frau überhaupt erstmals angesprochen. Jesus fragt sie: "Hat dich niemand verdammt? Sie antwortete: Niemand, Herr". Die Szene verändert sich. Aus dem öffentlichen Schauprozess wird ein persönlicher Dialog. Die Frau ist nicht mehr beschämenden Blicken ausgesetzt, sondern steht einem empathischen Gesprächspartner gegenüber, der sich zuerst (auch vor ihr) gebückt hat und sich nun aufrichtet: "So verdamme ich dich auch nicht".

Die bekannte und für seine Botschaft zentrale Bergpredigt von Jesus ist eine einzige Umwertung der Werte. Selig sind alle jene, die dem geltenden Kodex der Ehre nicht entsprechen, also traurige, geistig arme und verachtete Menschen. Jesus selber wird geächtet und schliesslich als Staatsverräter hingerichtet. Zuvor erleidet er in seiner Passion den Verrat eines Freundes (Judas), die Verleugnung durch einen besonders wichtigen Anhänger (Petrus), die Ablehnung durch die Bevölkerung (bei der Volksbefragung durch Pilatus), die Verurteilung zum Tode (auf Betreiben der religiösen Führer), die Verspottung und Geisselung (durch römische Soldaten) und den schmachvollen Kreuzweg. Schliesslich stirbt er grausam am Kreuz.

Was dieser Jesus von Nazareth lehrt und erleidet, ist für die antike Welt ungeheuerlich. Für seine Anhänger war sein schmachvoller Tod ein Schock. Wie soll ein gekreuzigter Staatsverbrecher der versprochene Messias oder gar der Sohn Gottes sein? Seine Jünger ziehen sich nach seinem Tod

hinter verschlossene Türen zurück. Erst nach neuen, Mut machenden Erfahrungen an Ostern wagen sie sich wieder in die Öffentlichkeit.

Dennoch bleibt, was der moderne agnostische Philosoph Ernst Tugendhat in die trockenen und sachlichen Worte fasst: „Jesus hat die damals vorgegebene Moral seines Volkes relativiert und ergänzt ... Was (Jesus D.H.) der Reformator sagt, ist: Inhalte, über die ihr euch empört und schämt, sind nicht diejenigen, die dieser Gefühle würdig sind; die neuen Inhalte, die ich fordere sind diejenigen, deren Einhaltung ihr voneinander wechselseitig fordern solltet.“

Die hier angesprochene Reform, die revolutionäre Züge hat, beinhaltet ein neues Verständnis von Scham und Schande. Scham ist kein Beweis für Unrecht mehr, wie das auch im ersten Testament noch stellenweise der Fall war. Wer Schande erfährt, muss nicht schuldig sein. Es geht Jesus bekanntlich nicht darum, die zehn mosaischen Gebote in Frage zu stellen. Er nimmt aber der Scham den Stachel der Schande. Schuld soll nicht beschämt, sondern wieder gut gemacht werden. Nach dieser Maxime lebt Jesus von Nazareth auch. Er stellt sich konsequent auf die Seite der beschämten Menschen. Auch seine eigene Passionsgeschichte nimmt er nach biblischem Zeugnis bewusst an. Dadurch hat Jesus Scham und Schande nicht nur neu gedacht, sondern auch neu erfahren. Was für ihn zählt, ist nicht mehr der alte Ehrenkodex, sondern Vertrauen.

Auch Paulus, der Jesu` Wirken am nachhaltigsten zu einer geschlossenen Lehre gebündelt hat, macht – wie Klaas Huizing schreibt - den „Begriff der Scham zu einem Schlüsselbegriff seiner Feldpostbriefe im heftig wütenden Kampf um die Durchsetzung dieser neuen Einsicht.“ (Huizing S. 168). Paulus bezeichnet sich in seinen Briefen selber als Fehlgeburt, als ein Ausgesonderter, der durch Jesu Botschaft entschämt (bzw.“gerechtfertigt“) wird. Paulus verkündet, dass es darum gehe, sich keineswegs den weltlichen Massstäben von Ehre und Schande anzupassen.

Enttabuisierung der Scham

Scham ist - so lehrt schon das zweite Testament - keine Schande, aber Beschämung ist in der Regel schändlich und destruktiv. Heute ist diese Einsicht besonders wichtig. Denn Beschämungen erfolgen derzeit auch deshalb hemmungsloser, weil Scham abgewertet wird. Es reicht meines Erachtens nicht, mit einer Bewegung politischer Korrektheit gegen Beschämungen vorzugehen. Es braucht auch eine Enttabuisierung der Scham. Denn wenn Scham abgewehrt wird und narzisstische Kränkung um sich greift, drohen auch die Vertreter der politischen Korrektheit zu Beschämern zu werden. Es kommt zu einer Beschämungsspirale, wie sie viele aktuelle politische Auseinandersetzungen charakterisiert. Es braucht zusätzlich einen konstruktiven Umgang mit Schamgefühlen - und als Voraussetzung dazu eine bessere Akzeptanz massvoller Scham.

Lassen Sie mich persönlich schliessen, wie ich das auch in meinem Schambuch tue (“Lob der Scham - Nur wer sich achtet kann sich schämen“, 2018): Wenn ich an meine Enkelkinder denke, so erhoffe ich mir für sie eine Umwelt, die berechenbar ist, wenn es um Sachbezüge geht. Und ich wünsche mir für

sie eine Mitwelt, die ihnen als unhintergehbare Personen mit größtmöglichem Verständnis begegnet. Ich kann mir nicht vorstellen, dass dieser Wunsch ohne Förderung von persönlichem Vertrauen und sozialer Verantwortung möglich ist.

Vertrauensbildung und Verantwortung kann aber durch das Takt- und Selbstgefühl der Scham angeregt werden. Beschämung hingegen schafft Abhängigkeit und Misstrauen. Zwischen beiden Polen verläuft unsere Zukunft.