

## Was Schutz braucht

Aus Scham und Beschämung heraustreten

06.03.2022

Scham und Beschämung prägen die Szene, die Lukas Cranach der Jüngere in seinem Bild eingefangen hat. Im Zentrum steht Jesus, eingehüllt in ein wallendes Gewand. Sein Blick geht in die Weite. Er sieht weder die Frau an, deren Hand er mit seiner linken Hand umfasst und auf die er mit seiner rechten Hand zeigt, noch die Männer, die ihn umgeben und bedrängen. Hochmut, Zorn, Abscheu und Begehren spiegeln sich in ihren Gesichtern. Im Vordergrund steht einer, der einen faustgroßen Stein in der Hand hält und Jesus herausfordernd anblickt. Ich sehe unwillkürlich auf die zart und zerbrechlich wirkende Frau. Ihre Bluse ist zerrissen und ihre rechte Brust ist aufgedeckt, nackt. Ihr Blick ist gesenkt und in ihrem Gesicht mischen sich Angst und Scham und Trauer. Dargestellt hat der Künstler eine Begegnung Jesu, von der der Evangelist Johannes erzählt:

*Früh am Morgen kehrte Jesus zum Tempel zurück. Das ganze Volk kam zu ihm. Er setzte sich und lehrte sie. Da brachten die Schriftgelehrten und die Pharisäer eine Frau herbei, die beim Ehebruch überrascht worden war. Sie stellten sie in die Mitte und sagten zu Jesus: »Lehrer, diese Frau da wurde auf frischer Tat beim Ehebruch überrascht. Im Gesetz schreibt uns Mose vor, solche Frauen zu steinigen. Was sagst nun du dazu?« Das fragten sie, um ihn auf die Probe zu stellen und dann anklagen zu können. Aber Jesus beugte sich nur nach vorn und schrieb mit dem Finger auf die Erde. Als sie nicht aufhörten zu fragen, richtete er sich auf und sagte zu ihnen: »Wer von euch ohne Schuld ist, soll den ersten Stein auf sie werfen!« Dann beugte er sich wieder nach vorn und schrieb auf die Erde. Als sie das hörten, ging einer nach dem anderen fort, die Älteren zuerst. Jesus blieb allein zurück mit der Frau, die immer noch dort stand. Er richtete sich auf und fragte: »Frau, wo sind sie? Hat dich niemand verurteilt?« Sie antwortete: »Niemand, Herr.« Da sagte Jesus: »Ich verurteile dich auch nicht. Geh, und lad von jetzt an keine Schuld mehr auf dich.« (1)*

Dies ist eine Geschichte über Beschämung und über einen, der die Schamgrenzen der beschämten Frau achtet und wiederherstellt.

Eigentlich geht es denen, die die Frau vor Jesus zerren, überhaupt nicht um die Frau. Sie bleibt namenlos. Kein Wort darüber, wer sie ist und wie sie in die verfängliche Situation kam, in der sie überrascht worden ist. Sie passt nicht in die Norm ihrer Gesellschaft, hat mit einem anderen Mann Zärtlichkeiten ausgetauscht als dem, mit dem sie verheiratet ist. Natürlich weiß sie, dass sie Regeln missachtet, Schuld auf sich geladen hat. Die Männer hier haben sie in die Öffentlichkeit gezerrt, ihre Verfehlung aufgedeckt, sie bloßgestellt. Und als wäre der soziale Tod nicht schon genug, bedrohen sie sie jetzt mit dem physischen Tod. Sie sieht zu Boden, zieht ihre Schultern zusammen, beugt ihren Kopf und macht sich klein. Sie versinkt in Scham.

*Scham ist ein natürlicher Impuls, den jeder Mensch hat. Die Scham ist die „Wächterin an den Grenzen des Intimen Raumes“ (2). Das ist zuerst unser Körperraum und dann auch unser emotionaler und geistiger Raum. Menschen brauchen Raum für sich, um sie selbst zu sein, um sich zu spüren, um ihre Identität zu bewahren. Werden dessen Grenzen verletzt, empfinden wir Scham und haben den Impuls, unseren Schutzraum wiederherzustellen, indem wir Distanz nehmen, Grenzen aufzeigen, uns schützen.*

Scham ist ein starkes Gefühl und ein unangenehmes. Wenn wir all die Kraft, die in der Scham gebunden wird, für andere Dinge nutzen könnten, würde das unsere Welt ganz sicher grundlegend verändern. Scham schmerzt und verbindet sich mit dem Gefühl der Ohnmacht. Das macht die Scham so wirksam und zerstörerisch.

Ich kann mich gut daran erinnern, wie meine kindliche Scham über ein Misslingen und das darauf folgende fröhliche Lachen der Erwachsenen mich heiß überflutete und dann in den Wunsch mündete, der Boden möge sich doch unter mir auftun und mich verschlingen. Die Scham stellte für einen Moment alles in Frage, meine Lebensfreude, mich selbst, so sehr schmerzte sie mich. Das Gefühl war auch später wieder da, wenn ich mich an diese Situation erinnerte oder ähnliche erlebte-

Wenn ich heute bei Kindern solche Reaktionen beobachte, weiß ich, wie wichtig es ist, dass gute Worte und Bestätigung ihnen helfen, ihren inneren Raum zu schützen und wieder in sich zuhause zu sein.

*Ausgelacht zu werden ist die häufigste Form des Beschämtwerdens. „Kinder,“ schreiben die Udo Baer und Gabriele Frick-Baer im Blick auf ihre psychotherapeutische Erfahrung „brauchen es manchmal, um sich von anderen Kindern abzugrenzen, um ihre eigene Position zu finden. ... Das kränkt die ausgelachten Kinder, das ruft Reaktionen wie Angst hervor.“ (3) Wenn die Beschämung von Menschen ausgeht, die stärker und mächtiger und von denen die Kinder emotional abhängig sind, kann die Scham sich verselbständigen und übermächtig werden, alles in Frage stellen. Ein so beschämter Mensch verliert das Gefühl für die Lebensfreude und den Lebenssinn, will sich verkriechen, verschwinden, unsichtbar sein. Das kann sich auf das ganze Leben auswirken.*

Ein heute erwachsener Mann erzählt von einer Szene, die er im Kindergarten erlebt hat. Da hatte ein Kind eingepullert und die Kindergärtnerin zerrt es schimpfend durch den Raum, ruft die Kinder zusammen, stellt das Kind in die Mitte, lässt alle mit dem Finger auf es zeigen und rufen: „Ätsch, ätsch, schäm dich, alle Leute sehn dich!“ Er war nur Zeuge dieses Geschehens und spürt ein halbes Jahrhundert später noch seine solidarische Scham und die Angst, es könne ihm selbst einmal so gehen. Jetzt, im Erzählen kann er wieder seinen Zorn über die Kindergärtnerin spüren und sich zugleich innerlich von ihrem vernichtenden Verhalten distanzieren.

In der biblischen Erzählung steht die Frau vorgeführt und beschämt inmitten der Menge. Dabei meinen die, die sie dahin gezerrt haben, gar nicht sie. Eigentlich wollen sie Jesus bloßstellen und beschämen, der seit dem Morgen schon im Tempel zu Jerusalem lehrt. Dieser Rabbi fordert sie, die Schriftgelehrten, die anerkannten Fachleute für den Glauben, mit seiner so anderen Rede von Gott heraus. Wie er von Barmherzigkeit, von der Vergebung und von der Liebe Gottes

spricht, ist für sie anstößig. Nun sehen sie Jesus erwartungsvoll an. Was wird er zu dem im Gesetz niedergeschriebenen Tötungsgebot sagen? „Solche Frauen sollen gesteinigt werden!“

Jesus wendet den Blick ab, geht nicht in die direkte Konfrontation, beugt sich zur Erde und schreibt schweigend mit dem Finger in den Sand zu seinen Füßen. Provokativ? Vielleicht. Befreiend? Ganz sicher! Für einen Moment geht alle Aufmerksamkeit weg von der Frau. Sie kann aufatmen. Alle schauen auf ihn, wollen wissen, was er da tut, wollen hören, wie er antworten wird.

»Wer von euch ohne Schuld ist, soll den ersten Stein auf sie werfen!«

Ein Satz verwandelt die Szene. Die Ankläger werden zu Angeklagten, die beschämt haben und beschämen wollen, spüren nun ihre eigene Scham.

*Scham und Schuld gehören da zusammen, wo Unrecht geschieht. Psychisch gesunde Menschen empfinden Scham, wenn sie Grenzen überschritten, andere verletzt, Regeln gebrochen haben. Wenn Schuld bedeutet, dass ein Mensch seine eigenen Grenzen von Gut und Böse, von Mitmenschlichkeit und Gerechtigkeit übertreten hat, dann ist die Scham die Wächterin an der Grenze zum „Innersten Kern“, zum dem nur Gott und wir selbst Zugang haben, in dem der Mensch sich selbst als ganz und glaubwürdig, eins mit den eigenen Werten erfährt. Sich zu schämen bedeutet dann: ich bin schuldig geworden und ich bin nicht so, wie ich gerne wäre. Das eigene Selbstbild zerfällt. Ich blicke auf mich mit den Augen der anderen und sehe auch das Dunkle, mein Versagen, meine Verfehlungen. Da ist etwas aufgedeckt, was ich gerne bedecken und verstecken, wo ich mein Ansehen wiederherstellen möchte.*

Jesus beugt sich in der biblischen Geschichte wieder hinab. Er sieht niemanden an, nicht die Frau, nicht ihre Ankläger. Niemand muss sich direkt von ihm erwischt, entblößt, als schuldig erkannt fühlen. Und sie legen die Steine, die sie schon für die Frau bereithielten, weg und gehen, einer nach dem anderen, die Älteren zuerst, blicken vielleicht noch mal aus dem Augenwinkel zurück, ob Jesus ihnen nachsieht. Doch sein Blick bleibt auf dem Boden. Er beschämt sie nicht, triumphiert nicht, lacht ihnen auch nicht hinterher. Indem er ihre Scham achtet, ermöglicht er ihnen, unbeschadet aus der Situation herauszukommen.

*Scham ist ein „Augengefühl“ schreibt die Theologin Ulrike Wagner-Rau: „Man sieht sich mit den Augen des oder der Anderen, und zwar beunruhigend anders, als man es vom Selbstbild her erwartet hat. Scham ist ein Affekt, der aufmerksam dafür macht, dass zwischen Innen und Außen und zwischen Wunsch und Wirklichkeit eine Differenz besteht, die das Selbstbewusstsein mehr oder weniger stark verunsichert.“ (4)*

Indem Jesus sie nicht ansieht, bewahrt er die Männer, die ihn da angreifen und vorführen wollten, vor der Beschämung und Beschädigung. Sie können wahrnehmen, dass auch sie selbst nicht ohne Schuld sind, und das mit sich ausmachen. Ihr Versagen wird nicht öffentlich aufgedeckt.

Wo eine biblische Erzählung lebendig wird, sagt sie: „Das ist nicht nur eine Geschichte ... das hat auch mit Dir zu tun. Möglicherweise kommst Du selbst darin vor.“

Urteilen über andere, verurteilen, beschämen und damit sich selbst aufzuwerten und aufzublasen, dieses Verhalten ist den wenigsten Menschen fremd. Und wie andere über uns urteilen, bestätigt und stärkt oder verunsichert und verletzt uns.

Wer sich in den sozialen Netzwerken bewegt, kann oft mitansehen, wie Menschen sich offenbaren, sich selbst darstellen, und wie sie dann bewertet werden: gelobt und hochgehoben oder auch beschämt und niedergemacht. Andere zu beschämen, scheint fast normal zu sein und entfaltet in der Schule, im Arbeitsalltag und auch in Familien immer wieder zerstörerische Kraft. Da wird die eine auf dem Schulhof als hässlich bezeichnet und über die Kleidung des anderen wird abgelästert. Betroffene Kinder werden scheu und zurückhaltend oder aggressiv und zornig. Die Scham richtet sich gegen das eigene Ich. Wenn solche Beschämungen in Machtbeziehungen geschehen, verletzt und zerstört das noch mehr. Der Lehrer, der sich im Sportunterricht abfällig über die Figur der einen Schülerin äußert und im Blick auf die die einer anderen anzügliche Andeutungen macht, hat beide Mädchen beschämt. Die Mutter, die angesichts der schlechten Klassenarbeitsnote ihrem Sohn erklärt, er werde sowieso nie mehr als ein Hilfsarbeiter, nimmt ihm durch die Scham einen Baustein seines Selbstbewusstseins, das er für einen guten Weg ins Leben braucht.

*Die Beziehung zwischen Menschen wird durch das Sehen und Gesehenwerden bestimmt. Das beginnt mit dem Kind, das gesehen und gelobt wird, sich vom warmen Lächeln der Erwachsenen umfassen fühlt und in so einer Atmosphäre wachsen und sich entwickeln kann. Angesehen zu werden, bedeutet auch „Ansehen“ zu haben, als Person wahrgenommen und geachtet zu werden. Das bestätigt einen Menschen in seinem, in ihrem Selbstgefühl und nährt die Seele, schenkt Klarheit und Freude am Leben.*

Jesus bleibt mit der Frau zurück. Die anderen sind alle gegangen. Jetzt richtet er sich auf und sieht sie an. Diese Frau hat eine Würde. Jesus stellt sie wieder her: mit seinem Blick, der sie umhüllt, ihre Verletzlichkeit schützt und einen besonderen Moment schenkt. Sie wird wirklich gesehen, ist angesehen. Jesus urteilt und verurteilt nicht. »Frau, wo sind sie? Hat dich niemand verurteilt?« Sie ist frei. Die hämischen Blicke sind nicht mehr da. Sie kann aufatmen, ihre Schultern heben, ihr Tuch um sich legen und sich vor entblößenden Blicken schützen. Sie antwortet: »Niemand, Herr.« Jesus sagt: »Ich verurteile dich auch nicht. Geh, und lade von jetzt an keine Schuld mehr auf dich.« Er beendet die Demütigung, die sie erlebt hat. Der Schmerz geht sicher mit ihr. Doch jetzt hat die Qual ein Ende und mit ihr ihre Selbstverurteilung, ihr „hätte ich doch nicht“ und „wie konnte ich nur“. Die Zeit lässt sich nicht zurückdrehen. Es nützt nichts, sich immer weiter für die Fehler des Gestern zu schämen. Sie darf sein, mit ihrer Verletzlichkeit, ihrer Liebesbedürftigkeit, auch ihrem Scheitern und ihrer Schuld. So ist das jetzt und so ist sie angenommen und angesehen. Zur „Entschuldung“, zur Überwindung der Scham gehört auch die Versöhnung mit der eigenen Geschichte. „Ich verurteile dich nicht!“ sagt Jesus zu der Frau. Und ich höre ihn sagen: „Geh! Verändere dein Leben, sortiere dein Sein und lebe im Einklang mit dir und im Frieden mit Gott.“ Wünschen würde ich ihr, dass sie ihre Scham als schützendes Gefühl annehmen und ein neues Kapitel anfangen kann, dass sie sich nicht von abfälligen Blicken und vernichtenden Urteilen anderer Menschen beschämen und beschädigen lässt. Ich wünsche ihr, dass sie sich als die sehen kann, die Jesus in ihr sieht: eine geliebte Tochter Gottes, der Liebe wert und des Respektes würdig.

Gesehen werden, wohlwollend angeblickt, mit Versöhnung beschenkt und befriedet sein, verbinde ich mit dem Segen am Ende eines Gottesdienstes.

*„Gott segne dich und behüte dich;  
Gott lasse sein Angesicht leuchten über dir und sei dir gnädig;  
Gott hebe sein Angesicht über dich und gebe dir Frieden.“ (5)*

Gottes Angesicht, Gottes Leuchten hüllt den Menschen, der so gesegnet wird, ein, behütet, schützt das Innerste und Verletzliche.

*„Im leuchtenden Angesicht Gottes und seinem gnädigen Blick erfährt sich der im Segen angeschaute Mensch selbst als hell und licht.“ schreibt der Theologe Kristian Fechtner. (6)*

Gottes Blick taucht auch das Unfertige und Unvollkommene meines Lebens in ein warmes und freundliches, in ein gnädiges Licht. Es stellt mich ins Hier und Jetzt. Ich bin vor Gott und Gott ist bei mir. So erlebe ich das. Was war, ist vergeben. Was ist, darf sein. Auch mein eigenes Versöhnen mit dem, was war, darf sein. Ich kann aufrecht und frei in die Zukunft gehen. Die ihr Gesicht zu Gott ausstreckt und Segen empfängt, bekommt Frieden zugesprochen und kann ihn finden. Und der innerste Raum, die verletzte Seele, ist umhüllt und geschützt, umfungen vom segnenden Blick Gottes.

*Es gilt das gesprochene Wort.*

#### **Musik dieser Sendung:**

1. Hans-Jürgen Hufeisen und Burhan Öcal, Das schwarze Schloss, CD-Titel: 1001 Nacht-Musik
2. Hans-Jürgen Hufeisen und Burhan Öcal, Die Fee Banu, CD-Titel: 1001 Nacht-Musik
3. Hans-Jürgen Hufeisen und Burhan Öcal, Die Perlenkarawane, CD-Titel: 1001 Nacht-Musik
4. Hans-Jürgen Hufeisen und Burhan Öcal, Der fliegende Teppich,
5. CD-Titel: 1001 Nacht-Musik
6. Hans-Jürgen Hufeisen und Burhan Öcal, Der Schleier der Prinzessin Zubaida, CD-Titel: 1001 Nacht-Musik
7. Hans-Jürgen Hufeisen und Burhan Öcal, Die goldene Oase, CD-Titel: 1001 Nacht-Musik

#### **Literaturangaben:**

1. Johannesevangelium 8,2-11 (Basisbibel)
2. Udo Baer und Gabriele Frick-Bär, Vom Schämen und Beschämtwerden
3. Udo Baer und Gabriele Frick-Bär, Vom Schämen und Beschämtwerden
4. Ulrike Wagner-Rau, Religiöse Spielarten der Scham
5. Numeri 6,24-26
6. Christian Fechtner, Diskretes Christentum

Redaktion: Pfarrer Reinhold Truß-Trautwein (reinhold.truss-trautwein@gep.de)

Weitere Sendungen, Informationen, Audios und mehr finden Sie unter:  
<http://rundfunk.evangelisch.de/kirche-im-radio/dradio/feiertag>  
Facebook: <https://www.facebook.com/deutschlandradio.evangelisch>