

PREDIGTSERIE
QUICKLEBENDIG

GOTTESDIENST
Chile dihei

SONNTAG, 28. JUNI 2020

"SCHAMFREI LEBEN"
QUICKLEBENDIG

PFARRER MARKUS WERNER

reformierte
kirche steinmaur-neerach

Liebe Gemeinde,

Scham kennen wir alle. Je nach Charaktertyp, je nach Erziehung mehr oder weniger stark.

Lasst mich mit 2 Beispielen beginnen aus meinem eigenen Leben:

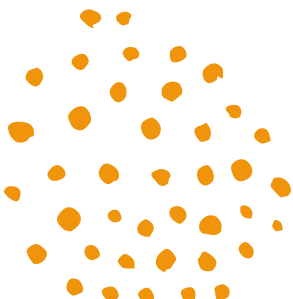
Als Junge von etwa 10 Jahren habe ich einmal miterlebt, wie sich meine Eltern heftig gestritten haben. Ich habe diesen Streit brühwarm meinem damals besten Freund erzählt, vermutlich, weil mich diese Sache beschäftigt hat. Irgendwie hat meine Mutter dieses Weitererzählen mitbekommen. Vermutlich hat sie sich auch geschämt. Jedenfalls hat sie mich gehörig ins Gebet genommen. Mir ist als Lektion geblieben, dass man in unserer Familie nie und nimmer weitererzählen darf, was nicht hätte sein sollen. Die Ehre der Familie müsse immer gewahrt bleiben und man müsse in jedem Fall zusammenhalten und einander decken. Ich schämte mich sehr für mein Verhalten und kam mir sehr schuldig vor.

Etwa 17 Jahre später:

Nach meinem Theologiestudium habe ich ja noch mein Zweitstudium in Philosophie und Geschichte abgeschlossen. Jedenfalls sass ich nach den Weihnachtsferien anfangs Januar das erste Mal wieder brav in einem Geschichtsseminar. Da eröffnete die Professorin, die heutige Doppellektion würde von der Gruppe mit Markus Werner gestaltet.

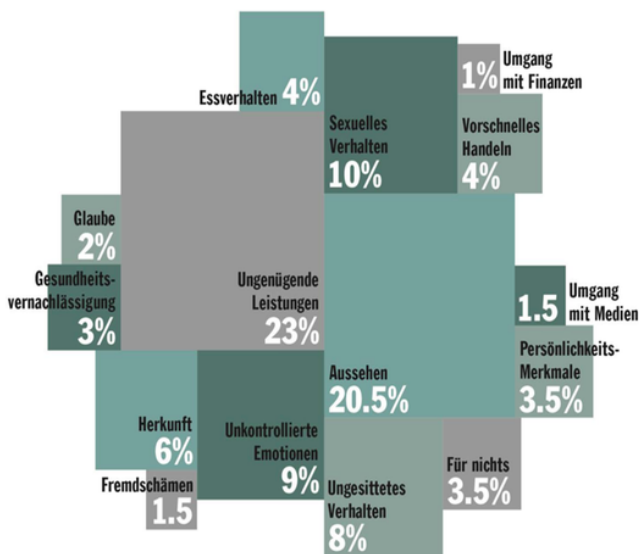
Ich bekam Schweissausbrüche, weil ich diesen Termin total vergessen hatte und ich ganz und gar unvorbereitet war. Ich schaute mich um und musste feststellen, dass niemand anderes von meiner Gruppe im Raum war, wohl aber rund 35 andere Studenten. Mir wurde schwarz und rot vor den Augen und ich wäre am Liebsten aus dem Zimmer gerannt. Schliesslich wollte ich immer einer der Besten und Fleissigsten sein und nun diese totale Einsamkeit und das totale Versagen. Zum Glück redete die Professorin selber noch einige Minuten und ich legte mir halbwegs irgendeinen Schlachtplan zurecht, um mich über die Runden zu retten. Das war einer der peinlichsten und beschämendsten Momente in meinem ganzen Leben ... Ich kam mir so schlecht vor, richtig entblösst und beschämt.

Ihr kennt sicher alle solche Momente, wo man am liebsten in einem Mausloch verschwinden würde, weil man sich so schämt, weil man sich sagen muss: Ich bin nicht gut genug, ich habe versagt. Und noch heftiger wird es, wenn es nicht nur um unser Tun, sondern um unser Sein, um unser ganzes Personsein geht. Dann denken wir: Ich bin ein Fehler, ich bin eine Schande, ich schäme mich für das, was ich bin und was ich nicht bin. Das kann sich ums Aussehen drehen: ich bin zu dick, zu dünn, zu wenig hübsch, zu klein, zu gross.



Ich bin nicht so schön oder so teuer gekleidet wie andere. Während in früheren Jahrzehnten vor allem ungebührliches sexuelles Verhalten Scham auslöste, so ist es heute stärker das Aussehen, das Aussenseitersein, die ungenügenden Leistungen, eine zu tiefe berufliche Qualifikation, für die ich mich schäme. Aber auch für ihre familiäre Herkunft, für ihre aussereheliche Geburt und vieles mehr können sich Menschen ein Leben lang schämen und dies verheimlichen und vertuschen und gleichzeitig darunter leiden.

Hier eine Themenlandschaft, wofür sich Menschen schämen ... Sie basiert auf einer Umfrage bei knapp 200 Personen.



Wir wollen kurz einhalten und uns fragen –jeder für sich: Wofür schäme ich mich? Welche Erfahrungen, die grosse Beschämung auslösten, kommen mir in den Sinn aus meinem Leben?

Begriffe, die zur Scham gehören, sind häufig: Familie, Ehre, Verschwiegenheit, Heimlichkeit, Verhaltenskodex oder Ehrenkodex. Scham entsteht, wenn ich gegen die Regeln einer Gruppe oder einer Gesellschaft verstosse, seien diese Regeln mündlich oder schriftlich überliefert.

Hier eine Definition von Scham von zwei Psychologinnen.

«Ein schuldorientiertes Gewissen kennt einen absoluten moralischen Standard, während ein schamorientiertes Gewissen sich an der Moral der Gruppe orientiert.»

Margaret Mead und Ruth Benedict

In einigen Gesellschaften gibt es ja noch heute den Ehrenmord: Wenn eine Person gegen die Regeln einer Familie, einer Sippe, einer Gang oder einer geschlossenen Gesellschaft verstösst, dann muss man diese Person austilgen, weil sie über die ganze Gruppe oder Familie Scham, Schande und Unehre gebracht hat.

So viel oder so wenig zur Scham im Allgemeinen. Aber nun zur Frage: Was sagt denn die Bibel zur Scham und ihrer Entstehung? Und noch wichtiger: Warum und wie hilft denn der christliche Glaube, Scham zu überwinden, schamfrei oder doch schamfreier, befreiter zu leben?



Zur Entstehung der Scham erzählt uns die Bibel eine Geschichte: Wie die Sünde, so kommt auch die Scham durch den Sündenfall in die Welt. Eigentlich könnten wir sagen: Der Sündenfall ist auch ein Schamfall. Und wie am letzten Sonntag mein Kollege Samuel Hertner in der Predigt sagte: Auch die Angst kommt durch den Sündenfall in die Welt. Sünde oder Schuld, Scham und Angst sind wie Drillinge, die zusammen verbunden sind.

Die Geschichte ganz am Anfang der Bibel von Adam und Eva verstehe ich nicht einfach als eine Geschichte, die sich nur ein einziges Mal am Beginn der Menschheit abspielte, sondern als eine Geschichte, die sich immer und immer wieder neu wiederholt, als eine Geschichte des wiederholten Anfangs. Adam heisst ja einfach «Mensch» und meint jeden Menschen und die Geschichte von Adam und Eva ist die Geschichte der Menschheit zu allen Zeiten. Wir Menschen sind von Gott geschaffen worden als sein Gegenüber. Aber wir haben Gott den Rücken gekehrt und kehren ihn immer wieder neu Gott zu. Vor dem Sündenfall war der Mensch ohne Schuld, ohne Scham. Da steht im 1. Buch Mose:

**«... und sie waren beide nackt, der Mensch und seine Frau; und sie schämten sich nicht.»
(1. Mose, 2, 25)**

So, wie sich kleine Kinder nicht schämen, wenn sie nackt rumspringen, so schämten sich die Menschen nicht voreinander und vor Gott. Sie waren in diesem ursprünglichen, schamfreien Umgang mit Gott und miteinander. Dann aber, einige Verse weiter, nach dem Sündenfall, nachdem die beiden von der verbotenen Frucht gegessen hatten, heisst es:

**«7 Da wurden ihnen beiden die Augen aufgetan und sie wurden gewahr, dass sie nackt waren, und flochten Feigenblätter zusammen und machten sich Schurze.
8 Und sie hörten Gott den HERRN, wie er im Garten ging, als der Tag kühl geworden war. Und Adam versteckte sich mit seiner Frau vor dem Angesicht Gottes des HERRN zwischen den Bäumen im Garten.
9 Und Gott der HERR rief Adam und sprach zu ihm: Wo bist du?
10 Und er sprach: Ich hörte dich im Garten und fürchtete mich; denn ich bin nackt, darum versteckte ich mich.
11 Und er sprach: Wer hat dir gesagt, dass du nackt bist? Hast du gegessen von dem Baum, von dem ich dir gebot, du solltest nicht davon essen?» (1. Mose 3, 7-11)**

Jetzt ist die ganze ursprüngliche Vertrautheit zwischen Gott und Mensch und Mensch und Mensch wie weggeblasen. Jetzt regieren Schuld und Angst und Scham, vor Gott und voreinander. Der Mensch hat eine gottgesetzte Grenze übertreten. Eine Folge davon ist, dass er sich seiner schämt. Schnell will er seine Blöße bedecken, will seine Tat vertuschen, sich selbst verstecken. Das Feigenblatt wurde ja sprichwörtlich bis heute, wenn es darum geht, etwas notdürftig zu verstecken, das doch klar zutage liegt, einen tiefen Bruch zu überdecken.

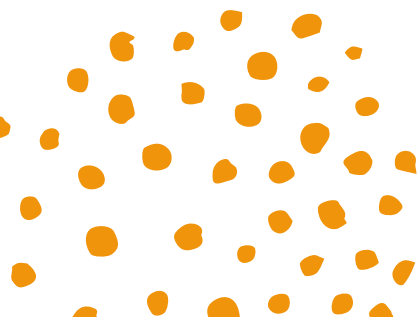
Wir wissen: Der Mensch muss die Konsequenzen seines Versagens auf sich nehmen: Er wird aus dem Paradies - aus der Nähe von Gott - vertrieben und muss jetzt ein mühseliges Leben fristen. Aber am Schluss von dieser Geschichte, am Schluss vom 3. Kapitel vom 1. Mosebuch, steht noch ein überraschender Satz:

**Und der HERR, Gott, machte dem Menschen und seiner Frau Röcke aus Fell und legte sie ihnen um.
(1. Mose 3, 21)**

Ist das nicht eine berührende Szene? Wie eine Mutter ihr Kind nach einem Sturz vom Velo tröstet, seine Tränen abwischt, die zerrissenen Kleider ohne Schimpfis wegnimmt, um ihm frische, ganze Kleider anzuziehen, so will Gott seinem ungehorsamen Menschen nicht böse. Vielmehr kleidet er ihn selbst in gute, schützende, robuste Fellkleider. Er ersetzt ihre Lendenschürzen, die nur notdürftig ihre Scham decken, mit richtiger Bekleidung. Ist da nicht die ganze Liebe und Fürsorge Gottes zu entdecken für seine gefallenen Menschen? Ist da nicht schon die ganze Güte und Gnade von Gott, die er uns allen zukommen lässt, nicht schon vorgezeichnet? Wird da nicht schon etwas vom Charakter des liebenden und vergebenden himmlischen Vaters sichtbar, den Jesus Jahrtausende später uns zeigt? Jesus sagt ja: «Wer mich sieht, der sieht den Vater.» Und Jesus weist nicht einfach nur auf den Vater hin, sondern er lebt selbst diese Liebe bis zur Selbstaufgabe, ja, bis zum bitteren Ende.

Und damit zur zweiten Frage: Wie hilft denn der christliche Glaube, Scham zu überwinden und schamfreier zu leben?

Das beginnt eben genau mit Jesus Christus, nach dem wir als Christen ja benannt sind. Er wurde ja am Ende seines Lebens gefangen genommen, bespuckt, verhöhnt, entehrt. Er wurde aufs Größte beschämt. Sein Kleid wurde ihm vom Leib gerissen. Nackt, entblösst wurde er ans Kreuz genagelt, aller Welt zur Schau gestellt: Ein Akt tiefster Demütigung und Beschämung.



Jesus aber hat sich nicht gerechtfertigt und nicht seine Unschuld beteuert. Er hat seine Gegner nicht verflucht, sondern hat seinen himmlischen Vater gebeten: «Vater, vergib ihnen, sie wissen nicht, was sie tun.»

Er hat so am Kreuz nicht nur unsere Schuld, sondern ebenso unsere Scham ertragen und weggetragen. Als Christinnen und Christen, als Menschen, die mit diesem Jesus verbunden sind, wollen wir auf seine Demütigung reagieren und eingestehen, dass wir immer wieder Dinge tun, die uns beschämen; aber dass wir ebenso von anderen Menschen immer wieder beschämt werden – und geschehe dies als Mobbing im Internet. Wir wollen eingestehen, dass Jesus auch für unsere Scham, Angst und Schuld gestorben ist und unsere Scham weggetragen hat durch seinen Kreuzestod. Dies ist der Schlüssel für ein schamfreieres, ein befreiteres, dankbares Leben.


Seit dieser Liebestat von Jesus am Kreuz können auch wir alles Beschämende ans Kreuz bringen und tilgen lassen. Können allen Ballast abwerfen, alles Belastende loswerden. Wir können dies tun im Gebet, für uns alleine, aber noch wirksamer, in einem Gespräch und einem Gebet mit einer seelsorgerlichen Person. Darum haben wir auch unser Seelsorge- und Coaching-Angebot in unserer Kirchgemeinde, auf welches wir in dieser Serie «Quicklebendig» mehrmals aufmerksam gemacht haben.

Ich kann Euch aus eigener Erfahrung bezeugen: Es lohnt sich, sein Leben betend durchzugehen und zu fragen: Wo wird mir Schuld bewusst, die ich ablegen und für die ich um Vergebung bitten will? Wo wird mir Scham bewusst, die mich immer noch zeichnet und blockiert und an befreitem Leben hindert? Aus meiner Kindheit, Jugend oder Erwachsenenzeit? Es gibt Befreiung, auch von Scham. Gott ist nicht an unserer Beschämung interessiert, sondern hat in Jesus alles dafür getan, damit wir von unserer Beschämung befreit werden können. Das ist die gute Nachricht, das ist das Evangelium: Gott ist gut, Jesus ist gestorben, damit wir leben. Dies wollten wir mit dieser Gottesdienstserie «Quicklebendig», die heute endet, aufs Neue festmachen: Es gibt ein siegreiches, ein befreites, ein furchtloses, bestimmtes, erfülltes, schamfreies Leben in Jesus Christus und durch ihn. Darum dürfen und sollen wir tun, was wir anfangs schon gehört haben:

«Wir wollen unseren Blick auf Jesus richten, der uns ans Ziel vorausgegangen ist. Weil Jesus wusste, welche Freude auf ihn wartete, nahm er den Tod am Kreuz auf sich, und auch die Schande, die damit verbunden war, konnte ihn nicht abschrecken. Deshalb sitzt er jetzt auf dem Thron im Himmel an Gottes rechter Seite.» (Hebräer12,2)

Amen



- 
- **WOFÜR SCHÄME ICH MICH? ODER WANN WURDE ICH VON ANDEREN BESCHÄMT (GEMOBBT)? (KINDHEIT, JUGEND, ERWACHSENENALTER)**
 - **HABE ICH DAFÜR VERGEBUNG UND HEILUNG IN ANSPRUCH GENOMMEN? ODER MÖCHTE ICH DIES ETZT ODER SPÄTER TUN?**
 - **WAS KANN UND WILL ICH VON DER SIEBENTEILIGEN SERIE «QUICKLEBENDIG» IN MEINEN GLAUBEN UND MEINEN ALLTAG INTEGRIEREN?**