

## ES GEHT ZUR SACHE

### SCHAM AM START

Bevor wir tiefer in die Thematik »eindringen« – es also richtig zur Sache geht –, möchte ich mich einem wichtigen, weil nicht zu unterschätzenden und allseits bekannten Phänomen widmen. **#die\_scham\_am\_start** Das Wort Schamhaftigkeit ist heute nicht mehr gebräuchlich. Natürlich schämen wir uns alle hin und wieder und benennen das dann womöglich auch so. Auf jeden Fall fühlen wir es! Doch Scham muss differenziert werden. Es ist klar, dass sie manchmal – nicht immer – durchaus angebracht ist. **#werte** Aber Worte wie,

„UM EDEL ZU EMPFINDEN,  
LASST SCHAM NICHT AUS DER  
SEELE SCHWINDEN“,

des deutschen Dichters Wolfram von Eschenbach, empfinden wir zu Recht als schwülstig und sehr mittelalterlich. Scham hat heute nichts zwingend Tugendhaftes mehr, was zu Zeiten des lieben Wolfram definitiv so war. Vor allem in Sachen weiblicher Sexualität. Schamhaftigkeit und Keuschheit (sexuelle Enthaltsamkeit) galten für die Frau als wichtige moralische Verhaltensregeln: *Scham hindert Schande*, besagt ein weiteres altes deutsches Sprichwort. Eine schamlose oder nennen wir sie geschickter schambefreite Frau taugte nichts, und eine ansatzweise freie selbstbestimmte sexuelle Aktivität der Frau war undenkbar, mehr oder weniger übrigens bis in die frauenbewegten 1968er Jahre. **#tomatenwurf** Und obwohl jene edle Tugend der Schamhaftigkeit viele Jahrhunderte zurückliegt, obwohl viele Frauen mit oder ohne Tomaten einiges bewegt haben, schämen wir uns. Die Männer auch, doch um die geht es gerade nicht. Mann, Frau,

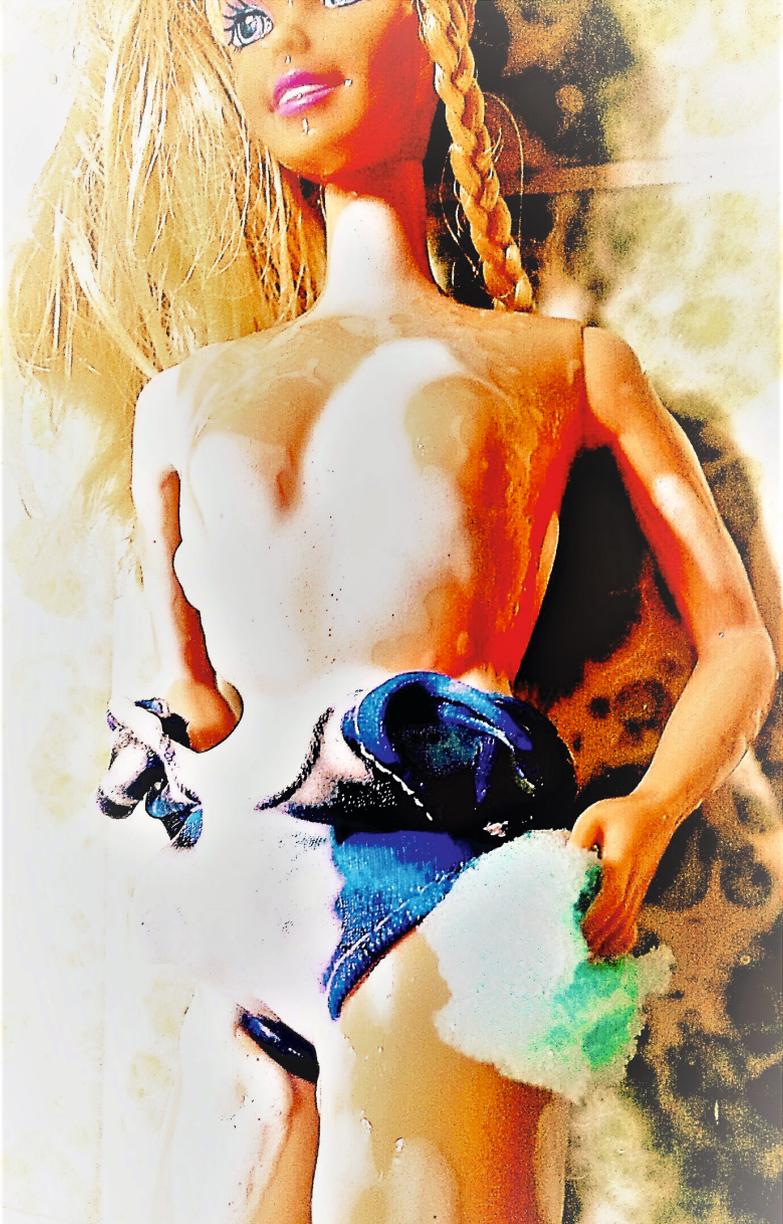


Mensch – Scham ist heute ausgesprochen individuell und gleichzeitig (!) kollektiv. Scham ist, anders ausgedrückt, ein individueller Wert, den es gleichfalls zu respektieren gilt.

»Genau wie wir nicht überall nackt sein wollen, wollen wir nicht überall mit Sex zu tun haben. Dass es Schamgefühle gibt, ist menschlich. Was genau wir aber als Intimität oder Tabu empfinden, ist verschieden: Ob wir uns schämen, weil uns jemand in die Augen sieht oder weil man unseren Bauchnabel sehen kann oder weil wir zwei Hunde ficken sehen, hängt davon ab, wo und wie wir leben. Zu viel Offenheit ist Belästigung. Wir wollen nicht von allen alles hören, und wer allzu offen ist, scheint kein Geheimnis mehr zu haben.«<sup>1</sup>

Unsere Scham ist natürlich, das beschreibt auch Margarete Stokowski in ihrem Buch *Untenrum frei*. Untenrum frei, darum geht es in Sachen Scham aber auch. Es geht darum, dass man untenrum frei oder besser gesagt *freier* sein kann, wenn man es möchte. Dass ein Mehr an Freiheit auch ein Mehr an Verantwortung bedeutet, ist klar. Ich will es an dieser Stelle aber sicherheitshalber noch einmal »von Fuchs zu Hase« erwähnen ... **#mein\_name\_ist\_hase\_ich\_weiß\_von\_nichts!** Und es geht darum, dass man sich für seine eigene Freiheit nicht zu schämen braucht, auch nicht als Frau. Dies sollte eigentlich gesetz(t) sein.

Scham ist also mehr oder weniger ein Produkt von Gesellschaft, sprich Erziehung und Sozialisation. Auch von Zeitgeist, siehe Wolfram. **#keusch** Ich möchte niemanden nötigen, in der Frauendusche des Schwimmbads seinen Badeanzug beim Duschen auszuziehen, wenn frau es nicht möchte und es vorzieht, den Badeanzug untenrum einzuschäumen. Aber umgekehrt möchte ich, dass es ebenso möglich ist, unterm Rock keinen Slip zu tragen, OHNE dabei per se als Schlampe oder gefährlich zu gelten. **#vulva\_dentata** Und ich möchte, dass beide Damen, die mit Badeanzug und die ohne Slip, verstehen, dass die Dinge mit Größerem zusammenhängen.





Dass es ihnen bewusst ist. Es geht mir in diesem Buch, wenn ich von Scham im *wolframschen* Sinne spreche, nicht um die Abschaffung von Intimität, von individuellen Werten oder Geheimnissen. Sie sind wunderbar und essenziell, gerade im Sexuellen! **#ganz\_ohne\_slip** Ich will auch die individuellen Schamgefühle nicht per se als schlecht deklarieren. Sie sind viel mehr wertvoll, interessant und menschlich. Es geht mir dennoch gleichzeitig um Befreiung: um einen möglichst individuellen Freiraum – auch im Sexuellen –, und vor allem um ein Bewusstsein darüber, dass man womöglich unfreier ist als gedacht. Jetzt wirst du vielleicht, fast affekthaft, denken: *Wieso? Wir sind doch frei! Jede kann heute schließlich ganz frei von Scham herumvögeln, wenn sie Bock drauf hat!* **#tinder\_wisch\_und\_weg** Ich denke zur Freiheit: Jein. Zum Vögeln: Ja. Doch, mal abgesehen davon, dass viele Menschen aus dieser Freiheit des Herumvögeln, meiner Meinung nach, eine bewusstlose Challenge oder Jagd machen (**#sportlich**), sind wir dennoch *nicht frei!* Und auch nicht zwingend frei von Scham. Und hier meine ich jetzt jene Scham, die uns einengt, die uns davon abhält, uns selbst zu finden und vor allem unser Selbst zu zeigen: unsere ganz persönlichen sexuellen Bedürfnisse, sprich das, was wir brauchen, mögen, lieben, ersehnen. Viele vögeln umher, weil sie der Meinung sind: *Hey! Das kann frau heute ganz selbstbestimmt, sie ist schließlich emanzipiert ...* Und sie denken und handeln so, weil sie kein Bewusstsein besitzen, was sie tief im Innern wirklich wollen und brauchen. **#(ver)bindung? #lustleben? #ficken?** Sie spüren ihre pulsierenden Adern nicht; haben sich nie darauf besonnen. Begreifen nicht, dass es womöglich um mehr geht.

Verena Bogner, eine junge Bloggerin, erzählt im Internet aus ihrem Leben und schreibt: »Wir sollten aufhören, uns voreinander für unseren Körper zu schämen.« Auch Verena schreibt von bestimmten Regionen am Körper der Frau.

»Ich glaube, dass man schon als kleines Mädchen gewissermaßen eingetrichtert bekommt, dass man bestimmte Körperteile lieber so gut wie möglich unter Verschluss halten sollte – vor egal wem. (...) Frauen, die gerne mal breitbeinig sitzen oder aufreizend angezogen sind, ganz offen mit ihrer Weiblichkeit und ihrer Sexualität umgehen und nicht so tun, als wäre der weibliche Körper ein mystischer Tempel, der zu allen Tages- und Nachtzeiten nach Rosen duftet und dessen Anblick nur für wenige