„Du hast das Recht, dich nicht zu schämen“ „Grundrechte“-Text von Ulrich Schaffer im September 2026

Um was es geht

Den Hintergrund für die ein Jahr lang monatlich erscheinenden „Grundrechte“ von Ulrich Schaffer findest du auf „verw:ortet“ im Mai 2026 . Sie spiegeln für mich so etwas wie die Stimme Gottes im eigenen Herzen wider, daher erscheinen sie immer am ersten Freitag des Monats, der ein Gedenktag des Herzens Jesu ist, das den Menschen offensteht. Man muss halt nicht alle Gedanken alter Frömmigkeit über Bord werfen, den einen oder anderen Gedanken kannst du dir gewahren, um daran geistig und menschlich zu wachsen.

Köln, 04.09.2026
Harald Klein

Du hast das Recht, dich nicht zu schämen

Du hast das Recht, dich nicht zu schämen,
nur wenn es von dir verlangt wird,
nur weil du anders denkst und handelst als die meisten.
Wer sich anmaßt, vorzugeben, wie wir alle zu leben haben,
kann nicht erwarten, dass sich alle daran halten.

Niemand hat deinen Hintergrund,
deine Entwicklung, deine Begabungen, deine Nöte,
deine Aussicht und deine Sackgassen erlebt.
Sie haben dich geformt in diese Minute hinein.
Sie sind das Rohmaterial, aus dem du
das Kunstwerk deines Lebens formst.
Darum ist Scham nicht angebracht,
nur weil du den Normen nicht entsprichst.

Schäme dich nicht,
und je mehr der Druck wächst, dich zu schämen,
desto mehr weigere dich, dem Druck nachzugeben.

Du bist kostbar, wie du bist.
Du musst dich nicht erst verändern.

Aus: Schaffer, Ulrich (2022): Grundrechte. Ein Manifest. Freiburg, 134.