

**Zeitschrift:** Actio humana : das Abenteuer, Mensch zu sein  
**Herausgeber:** Schweizerisches Rotes Kreuz  
**Band:** 100 (1991)  
**Heft:** 4

**Artikel:** Begegnungen, die peinlich berühren  
**Autor:** Helmle, Christian  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-553880>

### **Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

### **Conditions d'utilisation**

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

### **Terms of use**

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

**Download PDF:** 05.04.2026

**ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>**

# BEGEGNUNGEN, DIE PEINLICH BERÜHREN

In unserer Kultur ist die Berührung zwischen Menschen oft einem Tabu unterworfen. Meist sind es subtile Regeln, und die Verstöße dagegen wiegen nicht schwer. Trotzdem fühlen wir uns, wenn wir ihnen begegnen, unwohl. Wir sind «peinlich berührt».



**S**olche Szenen der Berührung wollte ich Ihnen, liebe Leserinnen und Leser, vor Augen führen, um Sie mit Ihrem Peinlich-Berührtsein zu konfrontieren. Aber es kam anders. Ich merkte schon bald, dass oft ich selbst es war, der sich in den verschiedenen Situationen unwohl fühlte. Dann sei es nur konsequent, wenn ich mich auch selber fotografiere, fand die Redaktion. Ich hatte mich während eines Auftrags in der Berufsschule

Thun dabei überrascht, wie ich in der Scheibe vor dem grossen Wandbild automatisch kontrollierte, ob das sich lichtende Haar an der Stirne zu sehen sei. Passanten, die glaubten, ich wolle die Wandmalerei fotografieren, fanden, das sei ein schwieriges Unterfangen: «Da sind Sie doch immer selbst mit auf dem Bild!» Verlegen musste ich zugeben, dass das ja meine Absicht sei . . . ■

CHRISTIAN HELMLE



**Z**wei Buben, die sich gut mögen, geraten in Streit und wollen nicht damit aufhören: die Erwachsenen sind zunächst ratlos, dann wird es ihnen peinlich. – In meiner Verwandtschaft gibt es zwei solche Exemplare, die Cousins Mark und Kaspar, zwei gegensätzliche Charaktere, die sich gut ergänzen. Ich brachte Mark als Überraschung zu Kaspars Geburtstagsfeier mit. «Du bist das beste Geschenk», sagte dieser, «noch besser als die Eisenbahn!» Dann fingen die beiden an zu raufen – für mich. Ich hätte mir keine besseren Darsteller wünschen können, geriet allerdings rasch in Verlegenheit: Ich hatte zwei Lampen im Raum aufgestellt und musste nun dauernd darüber wachen, dass die Buben zwar möglichst wild kämpften, aber ja nicht über Ständer oder Kabel stolperten.



**F**ototermin bei Chloë, Jeannine und Jasmin. Das Fotografieren von drei lebhaften kleinen Mädchen, die ins Spiel vertieft sind, sollte keine Schwierigkeiten bieten. Doch Chloë wollte plötzlich nicht mehr mitmachen. Sie hatte Angst vor mir und weinte. Angst vor mir! Ich kam mir ziemlich dumm vor, ihrer Mutter war es peinlich. Sie und meine Frau Marlene machten Chloë vor, wie einfach das Spielen vor der Kamera sei. Als diese endlich überzeugt war, hatte sie solchen Spass daran, dass sie die Kamera nicht mehr aus den Augen liess. Es dauerte eine Weile, bevor sie sich vom «Schiffli-auf-dem-Thunersee»-Spielen ablenken liess.



**W**ie oft müssen zwei, die verliebt sind und das auch zeigen, von Passanten hören: «Habt ihr keine Wohnung?» In unserem Bekanntenkreis kamen Monika und Georg als frisch Verliebte in Frage. Als sie bei uns zu Besuch waren, fragte ich sie. Monika sagte nach kurzem Zögern: «Doch, ja.» Auch Georg willigte ein. «Wann?» fragte er. «Jetzt!» sagte meine Frau. Ich installierte die Hängematte und holte die Kamera. Mit dem Weitwinkel ging ich nahe an die beiden heran und drückte ab. Schon das erste «Click» war mir peinlich – ich brauchte mehr Distanz. Das Normalobjektiv war besser, aber immer noch zu nahe. Mit einem leichten Teleobjektiv vergrößerte ich die Distanz nochmals – und bei den Lichtverhältnissen auch die technischen Schwierigkeiten. Trotzdem fühlte ich mich unwohl. Hier geschieht etwas, wo ich nicht dazugehöre, dachte ich. Später gestand Monika, sie habe nur zugesagt, weil sie sicher gewesen sei, dass Georg nein sagen werde, weil es ihm peinlich sei...



**H**ans, 75, und Ida, 76, traf ich beim Seniorentanzen der Pro Senectute. Er habe 40 Jahre lang nie zum Tanz gehen können, weil er als Käser sehr früh am Morgen habe aufstehen müssen, erzählte Hans. Seit zwölf Jahren würden sie beide nun regelmässig tanzen. Das sei gut für die Beine und überhaupt für die Gesundheit und die Geselligkeit. Ich freute mich mit Hans und Ida und all den anderen vergnügten Paaren. Das Tanzen ist irgendwie ein Symbol für Jugendlichkeit und Lebensfreude. Trotzdem hatte ich ein seltsames Gefühl. Dies waren alles alte Menschen, manche mit Gebrechen, etwas steif und ungelenkt. Es musste ihnen doch peinlich sein, fotografiert zu werden! Doch alle hatten Freude. Ich merkte, dass ich es war, dem es peinlich war und der sich mit seinen Vorstellungen über das Altwerden und Altsein auseinandersetzen muss.

In vielen Selbsterfahrungsgruppen und Therapien lernen wir, wie wichtig es ist, dass man sich selbst gern hat und Gutes antut. Susanne hatte uns erzählt, dass sie sich jeden Morgen während fünf bis zehn Minuten selbst massiert. Damals dachte ich mir nichts dabei. Beim Fotografieren fiel mir aber auf, wie mir, abgesehen von den Tabus, mit denen der nackte Körper belegt ist, der Kontakt mit dem eigenen Körper zu schaffen machte. Das Berühren, das Streicheln der eigenen Haut für eine längere Dauer, als man benötigt, um Sonnenöl einzureiben, und dazu noch der Gedanke, dass man das jeden Tag tun könnte, liessen mich an Narzissmus und Selbstbefriedigung denken. Da stand ich und fotografierte etwas, das ich, wenn überhaupt, nur irgendwo machen würde, wo mich niemand sieht.





**U**nser letztes Thema waren Tränen der Rührung. Otto, ein Nachbar, der uns erzählt hatte, er müsse schon bei einem schönen Jodellied weinen, brachte bei einer ganzen Kassette solcher Lieder vor der Kamera keine Träne heraus. Auch Helen, eine Freundin, die schon oft in Gesprächen, die in die Tiefe gingen, in Tränen ausgebrochen war, blieb angesichts der Kamera an der Oberfläche. Im Gespräch kamen wir auf die Idee, Helen beim täglichen Meditieren zu fotografieren und damit das innerliche Berührtsein zu zeigen. Sie könne sich überall zu einer Meditation hinsetzen, auch draussen oder im Zug, sagte sie. Ich meditiere ebenfalls, und beim Fotografieren machte mir zunächst sehr zu schaffen, dass Helen nicht, wie ich erwartet hatte, entspannt, sondern ernst und anfänglich sogar angespannt aussah. Dafür strahlte sie um so mehr, als sie uns von der Meditation berichtete. Sie hatte über «Frieden» meditiert und war dabei auf eine alte Weisheit gestossen: «Akzeptieren, was im Moment ist» – eine Antwort auch auf meine inneren Nöte und Peinlichkeiten.

