

ANSELM GRÜN

Hab **MUT**,
steh auf!



VIER TÜRME



Inhalt

Mut überwindet die Angst	9
Vom Wesen des Mutes	19
Die sprachliche Bedeutung von Mut	19
Mut in der Philosophie	30
Biblische Mutgeschichten	39
»Steh auf, nimm dein Bett und geh!«	41
— Die Heilung eines Gelähmten	
»Steh auf und stell dich in die Mitte!«	47
— Der Mann mit der verdorrten Hand	
»Mädchen, ich sage dir: Steh auf!«	50
— Die Auferweckung der Tochter des Jairus und die Heilung einer kranken Frau	
»Hab nur Mut, steh auf, er ruft dich«	54
— Die Heilung des blinden Bartimäus	

»Steht auf und fürchtet euch nicht!«	61
— Die Verklärung Jesu	
»Jüngling, ich sage dir: Steh auf!«	65
— Die Erweckung des jungen Mannes in Nain	
»Ich will aufbrechen und zu meinem Vater gehen«	70
— Das Gleichnis vom verlorenen Sohn	
»Steht auf und betet, damit ihr nicht in Versuchung geratet!«	76
— Die schlafenden Jünger am Ölberg	
»Steh auf und geh nach Süden«	80
— Die Taufe des Äthiopiens	
»Steh auf und geh in die Stadt; dort wird dir gesagt werden, was du tun sollst!«	83
— Die Bekehrung des Saulus	
»Schnell, steh auf!«	89
— Die wunderbare Befreiung des Petrus	

»Wach auf, du Schläfer, und steh auf von den Toten, und Christus wird dein Licht sein«	92
— Aus der Finsternis zum Licht	

Mut und Zivilcourage 97

Mut im Umgang mit mir selbst	97
--	----

Zivilcourage	99
------------------------	----

Couragiert für meine Werte eintreten	100
--	-----

Zivilcourage als konkrete Hilfe für andere	106
--	-----

**Mit Mut das Leben
und die Welt gestalten III**

Lieder II7

»Hab Mut, steh auf«	119
-------------------------------	-----

»Segne uns mit deinem Mut«	122
--------------------------------------	-----

Literatur I25

Mut überwindet die Angst

Mut ist heute besonders gefragt. Mut besteht nicht darin, in den sozialen Medien anonym seine Meinung kundzutun und dabei Personen des öffentlichen Lebens anzugreifen. Mut bedeutet vielmehr, etwas zu wagen, von dem man nicht weiß, wie es ausgeht, und vor dem man Angst hat.

Mut und Angst gehören zusammen. Der Mut überwindet die Angst. Heute haben wir Angst, uns öffentlich zu positionieren, weil uns dann von allen Seiten eine Flut von aggressiven Worten entgegenkommt. Mut bedeutet auch, sich für Menschen einzusetzen, die von anderen angegriffen werden, für die Schwachen einzutreten, die keine Lobby in der Gesellschaft haben. Und für uns Christen heißt es auch, mutig zu unserem Glauben zu stehen, auch wenn der auf Widerstand stößt, auch wenn er öffentlich lächerlich gemacht wird oder wenn wir als

gläubige Menschen als rückständig und naiv bezeichnet werden.

»Hab Mut, steh auf!« – dieses Zitat aus der biblischen Geschichte von der Heilung des blinden Bartimäus (Markus 10,46–52) hat sich der Deutsche Katholikentag 2026 in Würzburg als Leitwort gesetzt. Ich möchte in diesem Buch nicht nur die Geschichte des blinden Bartimäus auf unsere Zeit hin auslegen, sondern auch die vielen anderen Geschichten in der Bibel, die vom Mut aufzustehen sprechen. Ich möchte diese Worte bewusst auf dem Hintergrund der Unsicherheit betrachten, die heute viele Menschen bedrängt. Es ist ein Wort, das uns Mut machen möchte, aufzustehen und unser Leben selbst in die Hand zu nehmen, aber auch aufzustehen gegen Tendenzen in unserer Gesellschaft, die unser Miteinander gefährden, aufzustehen für das Leben und für die Hoffnung in unserer Welt.

»Hab Mut, steh auf« und »Segne uns mit deinem Mut« – unter diesen Titeln hat Matthias E. Gahr, Komponist und Texter und Mitarbeiter in unserem Münsterschwarzacher Vier-Türme-Verlag, für den

Katholikentag zwei Lieder geschaffen (Noten siehe ab Seite 117).

Das erste Lied greift die Geschichte von der Heilung des blinden Bartimäus auf:

Hab Mut, steh auf, du bist gerufen!

Die Welt braucht deine Arme,

deine Hände und dein Herz!

Hab Mut, steh auf, du bist gerufen!

Geh den Schritt auf ihn zu,

der die Türen öffnet himmelwärts.

*Er hat die Macht, das Blatt zu wenden,
fragt nach dem Traum,*

den du vom Leben träumst.

Er hat die Kraft, Erstarrung zu beenden,

will Leben in Fülle für unsere Welt.

Er kann, dass Augen wieder sehen.

Zeig ihm den Traum,

den du vom Leben träumst!

Er lässt den Tod zum Leben auferstehen,

will Leben in Fülle für unsere Welt.

*Er hat die Macht, das Wort zu führen.
Sprich von dem Traum,
den du vom Leben träumst!
Er schenkt die Kraft, das Gute zu vermehren,
will Leben in Fülle für unsere Welt.*

Das Lied will uns im Refrain »Hab Mut, steh auf« ermutigen, den Schritt auf Jesus hin zu wagen. Denn Jesus ruft uns, diese Welt mit unseren Armen, Händen und mit unserem Herzen in seinem Geist zu gestalten. Die Strophen beschreiben dann, was Jesus auch an uns wirken kann, wenn wir uns wie Bartimäus voll Vertrauen an ihn wenden. Er hat die Kraft, das, was in uns erstarrt ist, in Lebendigkeit zu verwandeln.

Aber Jesus fordert uns auch heraus, ihm unsere Träume zu zeigen, die wir vom Leben haben. Wir sollen ihm sagen, was wir von ihm erhoffen. Dann wird er an uns handeln. Er wird das Tote in uns lebendig machen und uns die Kraft schenken, das Gute zu vermehren in dieser Welt. Wenn wir Jesus unsere Träume zeigen, wird er unser Leben in Fül-

le verwandeln, in Fülle für uns selbst, aber auch für die Welt. Alle drei Strophen enden mit den Worten: Er »will Leben in Fülle für unsere Welt«. Es braucht Mut, bei all den negativen Nachrichten, die wir täglich hören und lesen, daran zu glauben, dass Jesus uns ein Leben in Fülle schenken möchte, für uns persönlich, aber auch für die ganze Welt.

Das zweite Lied von Matthias E. Gahr greift Gedanken des Katholikentagsgebetes der Jugendseelsorgerin Laura Kunz auf:

***Segne uns mit deinem Mut,
segne uns mit deiner Kraft,
segne uns mit deinem Geist,
der neues Leben schafft.***

*Den Geist sende uns,
den ersten Schritt zu wagen,
gehn wir gemeinsam über uns hinaus!
Den Geist sende uns,
das erste Wort zu sagen,
über das Schweigen, über uns hinaus!*

*Den Geist sende uns,
uns mutig mehr zu trauen,
über die Grenzen, über uns hinaus!
Den Geist sende uns,
nach vorn und weit zu schauen,
mutig zu träumen, über uns hinaus!*

Im Vordergrund dieses Liedes steht die Bitte, dass Gott uns mit seinem Mut segnen möge, mit seiner Kraft und mit seinem Geist, damit wir so den Mut finden, über uns hinauszugehen, statt nur um uns zu kreisen. Über uns hinausgehen, das bedeutet nicht nur, uns auf Gott hin zu übersteigen, sondern auch auf die Menschen zuzugehen, das erste Wort zu wagen, wenn wir jemandem begegnen, anstatt stumm vorüberzugehen. Und wir bitten in diesem Lied, dass wir uns trauen, über die eigenen Grenzen zu gehen, nach vorne zu schauen und mutig davon zu träumen, dass Gott uns eine gute Zukunft ermöglicht. Es braucht gerade in unserer hoffnungsarmen Zeit Mut, mit Hoffnung auf die Welt zu schauen und als hoffende Menschen diese Gesellschaft zu verwandeln.

Die Bibel erzählt uns viele Mutgeschichten. Und an vielen Stellen fordert uns Gott selbst auf, Mut zu haben und aufzustehen. Doch bevor ich die biblischen Geschichten für unsere Zeit auslege, möchte ich über den Mut nachdenken, den wir brauchen, um aufzustehen. Was bedeutet Mut für uns? Was meint die Bibel, wenn sie vom Mut spricht? Und inwieweit brauchen wir Mut, um unser Leben anzunehmen und es in guter Weise zu leben?

Unsere Zeit ist nicht gerade vom Mut geprägt. Wir sprechen heute von mangelnder Zivilcourage, vom mangelnden Mut, für Menschen einzutreten, die angegriffen oder beleidigt werden. Viele Menschen verstecken sich lieber feige hinter ihrer nach außen verschlossenen Fassade. Mut bedeutet immer, aus sich herauszugehen, aus dem sicheren Versteck, das uns unsere Masken bieten, auszubrechen und uns so zu zeigen, wie wir sind. Und Mut fordert uns heraus, mutig für das Leben zu kämpfen, für die Menschen zu kämpfen, die Unrecht erleiden, die von der Gesellschaft übersehen werden.

Heute braucht es auch Mut, den eigenen Glauben zu bekennen. Viele trauen sich nicht, an ihrem Arbeitsplatz zu bekennen, dass sie in die Kirche gehen, aus Angst, sie könnten gehänselt oder ausgelacht werden oder sie könnten den Unwillen ihrer Umgebung auf sich ziehen. Wir müssen die Menschen um uns herum nicht missionieren. Aber wir sollten mutig für unseren Glauben Zeugnis ablegen, wo wir gefragt werden. So haben es die ersten Christen gehalten, wie es uns der 1. Petrusbrief zeigt: »Seid stets bereit, jedem Rede und Antwort zu stehen, der von euch Rechenschaft fordert über die Hoffnung, die euch erfüllt« (1 Petrus 3,15).

Zur Zeit der ersten Christen brauchte es auch Mut, den Glauben zu bekennen. Denn sie erlebten in ihrer Gesellschaft viel Widerstand. Oft genug wurden sie wegen ihres Glaubens bedrängt. Doch zugleich waren die Menschen neugierig auf die Christen, weil sie in ihnen eine Hoffnung spürten, die ihnen selbst fremd war. Die ersten Christen wollen in uns das Vertrauen wecken, dass wir die Sehnsucht der Menschen berühren, wenn wir mutig genug sind, auch in einer glaubensfernen Umgebung für unse-

ren Glauben einzutreten. In denen, die nach außen hin den Glauben ablehnen und ihn vielleicht sogar lächerlich machen, ist doch oft genug eine Sehnsucht, auch glauben zu können. Aber sie haben diese Sehnsucht verdrängt, weil sie nicht dem Zeitgeist entspricht. Die verdrängte Sehnsucht lässt sie oft aggressiv auf den Glauben anderer reagieren. Doch wenn jemand mutig seinen Glauben bekennt, wagen es manche Menschen wieder, ihrer Sehnsucht zu trauen. Dann meldet sich hinter ihrer Aggressivität die Sehnsucht, im Glauben einen Halt zu finden und für ihr Leben einen Sinn zu entdecken, der sie mit innerem Frieden erfüllt.