

# Zeit zum Nachdenken



# Gruß ans Krankenbett



## Unter dem Schutz des Höchsten

*Wer im Schutz des Höchsten wohnt und ruht im Schatten des Allmächtigen, der sagt zum Herrn: «Du bist für mich Zuflucht und Burg, mein Gott, dem ich vertraue.»*

*Er rettet dich aus der Schlinge des Jägers und aus allem Verderben. Er beschirmt dich mit seinen Flügeln, unter seinen Schwingen findest du Zuflucht, Schild und Schutz ist dir seine Treue.*

*Du brauchst dich vor dem Schrecken der Nacht nicht zu fürchten, noch vor dem Pfeil, der am Tag dahinfliegt, nicht vor der Pest, die im Finstern schleicht, vor der Seuche, die wütet am Mittag.*

*Fallen auch tausend zu deiner Seite, dir zur Rechten zehnmal tausend, so wird es doch dich nicht treffen. Ja, du wirst es sehen mit eigenen Augen, wirst zuschauen, wie den Frevlern vergolten wird.*

*Denn der Herr ist deine Zuflucht, du hast dir den Höchsten als Schutz erwählt.*

*Dir begegnet kein Unheil, kein Unglück naht deinem Zelt. Denn er befiehlt seinen Engeln,*

*dich zu behüten auf all deinen Wegen.*

*Sie tragen dich auf ihren Händen, damit dein Fuß nicht an einen Stein stößt; du schreitest über Löwen und Nattern, trittst auf Löwen und Drachen.*

*Weil er an mir hängt, will ich ihn retten; ich will ihn schützen, denn er kennt meinen Namen.*

*Wenn er mich anruft, dann will ich ihn erhören.*

*Ich bin bei ihm in der Not, befreie ihn und bringe ihn zu Ehren. Ich sättige ihn mit langem Leben und lasse ihn schauen mein Heil.*

*Psalm 91*



## Mut hat viele Facetten

*Liebe Leserin, lieber Leser!*

Vor einiger Zeit stand ich vor einem Berg von Problemen und Fragen. Ich wusste nicht, wie es für mich beruflich und privat weitergehen soll. Eine Möglichkeit, mich den Problemen zu stellen war, mir selbst Mut zuzureden. Doch ich glaubte mir nicht ganz. Denn in dieser Situation waren viele Entscheidungen nicht mehr von mir abhängig, sondern ich musste abwarten und darauf vertrauen, dass alles am Ende seine guten Wege gehen wird. Was allerdings dabei letzten Endes herauskommen würde, war mir unklar.

Vielleicht sind Sie als PatientIn im Krankenhaus oder BewohnerIn im Pflegeheim in einer ähnlichen Situation. Oder mit viel existentielleren Schwierigkeiten konfrontiert, als ich sie erlebte. Vielleicht gilt es, sich einer Diagnose und deren Folgen zu stellen, eine Therapie anzugehen oder sich für einen Therapieabbruch zu entscheiden. Vielleicht fällt Ihnen das Eingewöhnen in ganz neue und fremde Lebensumstände unendlich schwer.

Diese Situationen fordern uns. Wie ein kleiner David steht man dann vor dem Riesen Goliath, dessen Zweitname auch „Problememacher“ oder „Krise“ sein könnte. Im 1. Buch Samuel ist die Erzählung von der Auseinandersetzung zwischen David und Goliath beschrieben (1 Sam 17, 1-58). David hatte zwei Möglichkeiten: sich von der Situation entfernen oder auf diese

Herausforderung zugehen. Beides wäre für diesen jungen Menschen möglich gewesen und beide Wege sind nachvollziehbar. David entschloss sich aber, Goliath von Angesicht zu Angesicht, gegenüber zu treten.

Ich habe mich über die Haltung Davids immer wieder gewundert und manches Mal auch geärgert. Als ob seine Entscheidung nur klug gewesen wäre und jede/r es ihm gleich tun sollte.

Wer kann das schon?

Dennoch, dieser David imponiert mir auch. Als jüngster der Familie hat er sich in seinem Leben vielem gestellt, viele Probleme verursacht, viele Fehler gemacht. Aber er blieb sich treu, er ging weiter und ließ sich von den Schwierigkeiten, die ihm begegneten, nicht abhalten. Dazu gehört der schon genannte Mut.

Wir haben im Deutschen einige (alte) schöne Wörter, die „Mut“ näher beschreiben. Da fällt mir einerseits der *Starkmut* ein. Dieses alte Wort ist eigentlich ein Synonym für die Tapferkeit und umschreibt die Fähigkeit, mit Schwierigkeiten umzugehen und trotz allem sich treu zu bleiben. Es gibt aber auch die *Sanftmut*, die trotz aller Schwierigkeit weich bleiben lässt, nicht verhärtet und mit viel Feingefühl für sich und andere. Der *Freimut* ermöglicht einem Menschen, für sich und seine Bedürfnisse einzustehen, ob andere es hören wollen

oder nicht. Nicht zu vergessen ist aber auch die *Schwermut*, die so manches Mal einfach nicht mehr kann und will und sich die Traurigkeit eingesteht. Schließlich ist da noch die *Demut*, die ahnt, dass ich mein Leben nicht aus mir selbst habe, sondern dass ich oft genug auf Gott und die Welt angewiesen bin, so lästig das auch manchmal sein mag.

David erkennt Goliaths *Hochmut* und bekämpft ihn: „In seiner Jugend erschlug David den Riesen und befreite das Volk von Schmach, indem er mit der Hand die Schleuder schwang und Goliaths Hochmut zerbrach.“ (Jesus Sirach 47,4). Er erkennt also, was ihm und anderen schadet und wehrt sich dagegen. Mut hat so viele Facetten!

David wird uns aber auch als großer Beter in der Bibel vorgestellt. So werden ihm auch viele Psalmen zugeschrieben, unter anderem auch

der Psalm 91. Darin wird die abgründige Sehnsucht eines Menschen beschrieben, der sich hilfeschreiend und aller Gefahr zum Trotz an seinen Gott wendet.

Sie finden diesen Psalm auf der Rückseite auch abgedruckt. Offensichtlich sieht sich der/die Beter/in realen Gefahren gegenüber, die nicht mehr zu bewältigen sind. Aber im Vertrauen auf die Hilfe Gottes findet dieser Mensch Möglichkeiten, trotz allem, neuen *Lebensmut* – eine weitere Facette von Mut(!) – zu schöpfen. Wie die Geschichte des/der Beters/in weitergeht, wissen wir nicht. Aber mit Ihnen möchte ich darauf vertrauen, dass solch ein Beten um *Wagemut*, damals wie heute, nicht unerhört bleibt!

**Dipl. Theol. Christian Braunagel**  
*Pflegeheimseelsorger im Caritas-Haus St. Barbara*

