

Hörmal | 01.02.2026 07:45 Uhr | Martin Engels

## Vom Mut, zu springen

Ich sitze am Beckenrand. Es ist warm. In der Luft der vertraute Geruch vom Schwimmbad. Es ist Zeit für den Seepferdchen-Kurs. Neue Kinder sind gekommen. Sie planschen mit den Schwimmhilfen – sind munter und ausgelassen. Nun krabbeln sie aus dem Wasser, sollen vom Rand ins Becken springen. Der erste ziert sich. Er ist sich nicht sicher, ob das eine gute Idee ist. Die Schwimmlehrerin macht ihm Mut. Sie spannt die Arme weit auf und ruft. "Komm spring! Trau dich! Es passiert Dir nichts, ich lass Dich nicht untergehen." Der Kleine bleibt skeptisch. Er springt nicht. Er lässt die anderen vor. Sie springen alle nacheinander rein. Manche mit Anlauf.

Schließlich geht die Schwimmlehrerin ganz dicht an den Beckenrand, reicht dem Kleinen beide Hände. Und: Was passiert? Er lässt sich aus der Hocke ins Wasser plumpsen. Er hat es geschafft: Den Sprung ins Wasser.

Mut brauchen wir von Kindesbeinen an, um Neues zu entdecken. Kinder brauchen den Mut, neue Dinge auszuprobieren. Eltern brauchen den Mut, die Kinder (auch) ausprobieren zu lassen. Aber nicht nur als Kind und als heranwachsender Mensch braucht man Mut. Als Erwachsener brauchen wir ihn nicht weniger. Beim ersten Arbeitstag im neuen Job. Beim Einlassen auf eine neue Beziehung. Beim Gang zur Routineuntersuchung. Wir brauchen Mut beim Zugeben eines Fehlers. Beim Erzählen vom eigenen Leid. An manchen Tagen brauchen wir Mut, aufzustehen und rauszugehen in eine aus den Fugen geratene Welt.

Nachts um drei spielt in der Bibel eine besondere Mut-Geschichte. Zu einer Uhrzeit, in der die Gedanken besonders schwer zu kontrollieren sind. Nachts um drei, wenn die Psyche alle Abwehrkräfte heruntergefahren hat und die Gedanken, Sorgen und Ängste über uns hineinbrechen. Um diese Zeit ist Petrus in großer Not. Wind und Wellen bedrohen das Boot, in dem er sitzt. Plötzlich sieht Petrus aus der Ferne Jesus auf sein Boot zukommen. Er springt aus dem Boot ins Wasser und geht Jesus mutig entgegen. Als das Wasser zu tief wird, bekommt er Angst, verliert sein Ziel aus den Augen und versinkt in den Fluten. Es ist nicht sein Untergang. Denn: Mitten im Sturm wird er von Jesus gehalten.

Wir brauchen Mut, um auch diese Erfahrung zu machen: Gehalten zu werden. Mut, um uns von dem Vertrauen tragen zu lassen und nicht in den Untiefen des Lebens unterzugehen. Zu spüren: Es ist einer da, der mich hält.

Redaktion: Rundfunkpastorin Sabine Steinwender-Schnitzius