

Starkmut

Starkmutig zu sein, hilft Schwierigkeiten zu meistern und die eigenen Grenzen zu überschreiten. Für Christen ist Christus das Vorbild, wie man diese Tugend lebt, die den Zugang zu vielen anderen öffnet.

10.01.2021

1. „Per aspera ad astra“ „Durch Schwierigkeiten zu den Sternen“. Dieser bekannte Satz von Seneca drückt deutlich die menschliche Erfahrung aus, dass man sich für die

Erzielung bestmöglicher Ergebnisse anstrengen muss, dass „alles Wertvolle etwas kostet“. Unser ganzes Leben lang müssen wir mit Hindernissen und Schwierigkeiten kämpfen, um die höchsten Güter zu erlangen.

Viele literarische Werke aus verschiedenen Kulturkreisen verherrlichen die Gestalt eines Helden, der in irgendeiner Weise für jene Worte der lateinischen Weisheit steht, und die jeder auch auf sich angewandt wissen möchte: *nil difficile volenti*, für den der will, ist nichts zu schwer.

Aus menschlicher Sicht wird der Starkmut also geschätzt und bewundert. Diese Tugend, die mit der Fähigkeit sich aufzuopfern einhergeht, hatte schon in der Antike ein klares Profil. Die griechischen Denker betrachteten die „*andreia*“ als eine der Kardinaltugenden¹,

welche die den heißen Begierden eigene Aggressivität mildert und so dem Menschen die Kraft verleiht, furchtlos nach dem Guten zu streben, auch wenn das schwierig und mühevoll sein sollte.

2. Quia tu es fortitudo mea (denn du bist meine Zuflucht, Ps 31,5)

Es gehört auch zur menschlichen Erfahrung, die Schwäche unseres menschlichen Naturells zu erkennen, was gewissermaßen die Kehrseite zur Tugend des Starkmuts bildet. Wir werden immer wieder zugeben müssen, dass wir nicht in der Lage waren, für uns prinzipiell machbare Aufgaben durchzuführen.

Wir spüren in uns eine Tendenz zur Mutlosigkeit, zu mangelnder Strenge uns selbst gegenüber und die Neigung, arbeitsintensive Aufgaben wegen der damit verbundenen Anstrengung aufzugeben. In anderen Worten: die von Gott für höchste

Ziele geschaffene, aber durch die Sünde verletzte menschliche Natur ist zu großen Opfern fähig, aber auch zu schlimmer Pflichtvergessenheit.

Die christliche Offenbarung gibt auf diese mit unserem Dasein verbundenen paradoxen Bedingungen eine sinnerfüllte Antwort. Einerseits greift sie die der menschlichen Tugend des Starkmuts eigenen Werte auf. Sie wird an vielen Stell*en der Bibel gerühmt. Schon in der Weisheitsliteratur wird darauf verwiesen, wie etwa in der rhetorischen Frage im Buch Ijob: *Ist nicht Kriegsdienst des Menschen Leben auf der Erde ?*²

In einer etwas geheimnisvollen Aussage Jesu in Bezug auf das Reich Gottes weist er darauf hin, dass es Gewalttätige an sich reißen: *violentiriapiunt*³. Dieser Gedanke spiegelt sich auch in der mittelalterlichen Ikonographie, wie etwa in der

Allerheiligenkapelle in Regensburg, wo die den Starkmut darstellende Gestalt mit einem Löwen kämpft.

Dazu kommen zahlreiche Stellen der Heiligen Schrift, in denen betont wird, dass die verschiedenen Äußerungen des Starkmuts (Geduld, Ausdauer, Großherzigkeit, Mut, Festigkeit, Offenheit und sogar bis zur Bereitschaft das Leben hinzugeben) nur durchgehalten werden können, wenn sie in Gott verankert sind: *quia tu es fortitudo mea*, denn du bist meine Zuflucht (Ps 31,5)⁴. In anderen Worten: Die christliche Erfahrung lehrt **All unsere Stärke ist geliehen**⁵.

Der heilige Paulus drückt dieses Paradoxon zutreffend aus, in dem sich die menschlichen und übernatürlichen Aspekte dieser Tugend verbinden: *wenn ich schwach bin, dann bin ich stark*. Denn der Herr hat ihm versichert: *sufficit tibi*

gratia mea, nam virtus in infirmitate perficitur, Meine Gnade genügt dir, denn die Kraft wird in der Schwachheit vollendet⁶.

3. Getrennt von mir könnt ihr nichts vollbringen (Joh 15,5)

Vorbild und Quelle des Starkmuts ist demnach für den Christen Christus selbst, der uns durch seine Handlungen ein bis zum Äußersten gehendes Beispiel gibt, indem er aus Liebe zu den Menschen sein Leben für sie hingibt⁷. Und er versichert ferner: *Getrennt von mir könnt ihr nichts vollbringen*⁸.

So ermöglicht der christliche Starkmut Tag für Tag die Nachfolge Christi, ohne dass Furcht, anhaltende Anstrengung, physische oder moralische Leiden und Gefahren die Auffassung des Christen trüben könnten, dass wahres Glück in der Erfüllung des göttlichen Willens liegt, andernfalls entfernt man sich davon.

Die Warnung Jesu Christi ist deutlich:
*Sie werden euch aus der Synagoge ausstoßen, ja es kommt die Stunde, in der jeder, der euch tötet, meint, Gott einen heiligen Dienst zu leisten*⁹.

4. Selig, wer ohne zu sterben die Palme des Martyriums verdient: Das Martyrium im täglichen Leben

Die Christen haben das Martyrium von Anfang an als Ehre aufgefasst, da sie anerkannten, dass es einer vollkommenen Identifikation mit Christus gleichkommt. Im Lauf der Geschichte hat die Kirche eine Tradition der besonderen Verehrung der Märtyrer bewahrt, die durch spezielle Fügung der Vorsehung wegen ihres Bekenntnisses des Glaubens an Jesus ihr Blut vergossen haben und damit nicht nur ein hervorragendes Beispiel ihres Starkmuts, sondern auch ihres Zeugnisses für Christus gegeben haben¹⁰.

Auch wenn es bis heute in jeder Epoche nie an Märtyrern gefehlt hat, so steht doch fest, dass der Großteil der Christen im gewöhnlichen Leben kaum in eine derartige Lage kommt.

Trotzdem gibt es, wie Benedikt XVI in Erinnerung rief, ein Martyrium im Alltag, dessen Zeugnis gerade in unserer Zeit besonders nötig ist: „das stille und heldenhafte Zeugnis so vieler Christen, die das Evangelium kompromisslos leben, indem sie ihre Pflicht tun und sich hochherzig dem Dienst an den Armen widmen“ ¹¹.

In diesem Sinn betrachten wir die heilige Maria, die am Fuß des Kreuzes ihres Sohnes ausharrte und damit - ohne den physischen Tod zu erleiden - ein außergewöhnliches Zeugnis ihres Starkmuts ablegte, so dass man sagen kann, dass sie Märtyrerin war, ohne zu sterben, so wie das alte liturgische Gebet sagt ¹²: Bewundere die Standhaftigkeit der

heiligen Maria: *am Fuß das Kreuzes
in tiefem Schmerz – es gibt keinen
Schmerz wie den ihren -, voller
Festigkeit. – Bitte sie um diesen
Starkmut, damit du lernst, unter dem
Kreuz auszuhalten*¹³.

5. Omnia sustineo propter electos (2 Tim 2,10)

Die schmerzhafte Muttergottes ist treue Zeugin der Liebe Gottes und zeigt klar die Haltung, die der Tugend des Starkmuts am besten entspricht:, dem Widerwärtigen, dem Unangenehmen und der Härte zu widerstehen (*sustinere*)¹⁴. Sicherlich handelt es sich um ein Standhalten im Guten, denn ohne das Gute kann man nicht glücklich sein. Für den Christen bedeutet Glück, die Heiligste Dreifaltigkeit im Himmel zu schauen.

In Maria erfüllen sich die Worte des Psalms: *si consistant adversum me
castra, non timebit cor meum ... Mag*

ein Heer mich belagern: Mein Herz wird nicht verzagen¹⁵.

Auch der heilige Paulus übte sich vor dem höchsten Zeugnis für Christus während seines Lebens, in dieser dem Starkmut entsprechenden Haltung, so dass er behaupten konnte: *ich (erdulde) alles um der Auserwählten willen*¹⁶.

Um diesen Aspekt der Tugend (Beständigkeit) auszudrücken, verweist die Heilige Schrift meistens auf das Bild des Felsens. In einem seiner Gleichnisse bezieht sich Jesus auf die Notwendigkeit auf Felsen zu bauen, also dass man nicht nur sein Wort hört, sondern sich auch anstrengt, es zu erfüllen¹⁷. Letztlich ist mit dem Felsen Gott gemeint, wie im Alten Testament immer wieder betont wird¹⁸: *Herr, du mein Fels und meine Burg und mein Retter, mein Gott, mein Fels, bei dem ich mich berge, mein Schild und mein Horn*

*meines Heils*¹⁹. Demnach ist es nicht überraschend, dass der heilige Paulus behauptet, dass der Felsen Christus selbst sei²⁰, der *Gottes Kraft*²¹ ist.

Die Stärke, um Schwierigkeiten standzuhalten, kommt also aus der durch den Glauben gegebenen Einheit mit Christus, wie der heilige Petrus sagt : *resistite fortis in fide!* Leistet ihm Widerstand in der Kraft des Glaubens²². So kann man gewissermaßen sagen, dass sich der Christ wie Petrus in den Felsen wandelt, auf den sich Christus stützt, um seine Kirche zu bauen²³.

6. In patientia vestra possidebitis animas vestras (Lk 21,19)

Zum Starkmut gehört auch die Tugend des Langmuts, die Josef Ratzinger als “die tägliche Form der Liebe”²⁴ bezeichnet. Den Grund, warum man im Christentum dieser Tugend traditionell besondere

Bedeutung beigemessen hat, kann man aus Worten des heiligen Augustinus ersehen, die aus seiner Abhandlung über die Geduld stammen: Er beschreibt sie als „eine so große Gabe Gottes, dass man sie als in uns liegende Spur Gottes nennen muss“ ²⁵.

Der Langmut ist also eine aus der Heilsgeschichte ersichtliche Eigenschaft Gottes ²⁶, wie Benedikt XVI beim Antritt seines Pontifikates lehrte: „Die Liebe. Sie ist das Zeichen Gottes, der selbst die Liebe ist. Wie oft wünschten wir, dass Gott sich stärker zeigen würde. Dass er dreinschlagen würde, das Böse ausrotten und die bessere Welt schaffen. Alle Ideologien der Gewalt rechtfertigen sich mit diesen Motiven. Es müsse auf solche Weise zerstört werden, was dem Fortschritt und der Befreiung der Menschheit entgegenstehe. Wir leiden unter der Geduld Gottes. Und doch brauchen

wir sie alle. Der Gott, der Lamm wurde, sagt es uns: Die Welt wird durch den Gekreuzigten und nicht durch die Kreuziger erlöst. Die Welt wird durch die Geduld Gottes erlöst und durch die Ungeduld der Menschen verwüstet“²⁷.

Aus diesen Überlegungen kann man viele praktische Konsequenzen ableiten. Die Geduld führt dazu, dass man die Stille erträgt, Schwierigkeiten zu überwinden vermag, die sich durch Ermüdung, durch charakterliche Eigenschaften anderer, Ungerechtigkeiten, etc. ergeben. Die Gelassenheit ermöglicht uns alles für alle zu sein²⁸, uns an andere anzupassen, unsere Einstellung in unserer Umgebung wirksam werden zu lassen und damit zu verchristlichen. Aus dem gleichen Grund versucht der Christ seinen Glauben und seine Berufung nicht durch eine falsche Auffassung von Liebe zu gefährden, da er weiß,

dass man dabei – sprichwörtlich ausgedrückt – nur bis zum Höllentor gelangen kann, denn dahinter gibt es keine Liebe zu Gott mehr. Auf diese Weise erfüllen sich an ihm die Worte Christi: *Wenn ihr standhaft bleibt, werdet ihr das Leben gewinnen*²⁹.

7. Wer aber bis zum Ende standhaft bleibt, der wird gerettet (Mt 10,22)

Die Geduld ist eng mit der Ausdauer verbunden. Letztere wird als Beharrlichkeit im Verrichten tugendhafter Werke definiert - trotz der sich im Lauf der Zeit einstellenden Schwierigkeiten und Ermüdung –. Wenn es sich angesichts des Auftretens konkreter Hindernisse darum handelt, dass man die Versuchung aufzugeben überwindet, spricht man eher von Standhaftigkeit. Von Ausdauer spricht man hingegen, wenn das Hindernis bloß durch die lange

Dauer der Anstrengung gegeben ist

³⁰.

Es handelt sich dabei nicht bloß um eine menschliche Eigenschaft zur Erreichung mehr oder weniger ehrgeiziger Ziele. Die als Nachahmung Christi - der dem Willen des Vaters bis zum Ende gehorsam war³¹ - verstandene Ausdauer ist nach den Worten des Evangeliums heilsnotwendig: *Wer aber bis zum Ende standhaft bleibt, der wird gerettet*³². So wird die Behauptung des heiligen Josefmaria verständlich: **Anfangen tun alle; ausharren – die Heiligen**³³. Daher die Liebe dieses heiligen Priesters zu gut abgeschlossenen Arbeiten, die er als Setzen des **Schlusssteins** bei jeder durchgeföhrten Arbeit beschrieb³⁴.

„Jede Treue muss auch die anspruchsvollste Prüfung bestehen: Die Dauer [...]. Es ist leicht, sich einen

oder einige Tage lang kohärent zu verhalten [...]. Treue aber kann man nur eine das ganze Leben durchgehaltene rechte Haltung nennen“³⁵. Diese Worte des heiligen Johannes Paul II verhelfen zu einem tieferen Verständnis der Ausdauer, nicht als bloßes Aushalten, sondern als authentische Einheit des Lebens. Es geht um eine Treue, die letztlich das Lob des Herrn aus dem Gleichnis von den Talenten verdient, das man als eine aus dem Evangelium stammende Formel der Heiligsprechung auffassen könnte: *Sehr gut, du tüchtiger und treuer Diener. Über Weniges warst du treu, über Vieles werde ich dich setzen. Komm, nimm teil am Freudenfest deines Herrn!*³⁶.

8. Magnus in prosperis, in adversis maior

“Groß im Glück, im Unglück größer”. Diese Worte der Grabinschrift des

englischen Königs Jakob II in der nahe von Paris gelegenen Kirche von Saint Germain de Layes, drücken die Harmonie zwischen den verschiedenen Seiten der Tugend des Starkmuts aus: einerseits Geduld und Ausdauer in Bezug auf das Beharren im Guten, was wir schon betrachtet haben, und andererseits Freigiebigkeit und Großherzigkeit, die sich direkt beim in Angriff nehmen großer Heldentaten, aber auch in den kleinen Aufgaben des alltäglichen Lebens zeigen. Gemäß der Moraltheologie „beherrscht die die Begierden steuernde Tugend des Starkmuts nicht nur unsere Ängste (*cohibitiva timorum*), sondern mäßigt darüber hinaus bei gewagten und mutigen Handlungen (*moderativa audaciarum*). Der Starkmut wirkt also auf Angst und auf Kühnheit, indem er erstere überwindet und die andere mäßigt“³⁷.

Die Großherzigkeit ist die Bereitschaft, Entscheidungen zu treffen, um tugendhafte und schwierige Werke in Angriff zu nehmen, die großes Lob verdienen. Die Freigebigkeit bezieht sich auf die tatsächliche Realisierung bedeutender Einrichtungen, insbesondere auf die Suche und den Einsatz wirtschaftlicher und geeigneter materieller Mittel zur Durchführung großer Werke zum Dienst an Gott und für das Gemeinwohl ³⁸.

Der heilige Josefmaria beschreibt großherzige Personen wie folgt:
Großes Herz, weite Seele, für viele offen. Die Großherzigkeit bewirkt, dass wir aus uns heraustreten und uns zum Wohl aller für das Große und Wertvolle bereitstellen. Wer diese Tugend besitzt, kennt die Enge der Kleinkariertheit, des egoistischen Kalküls und der auf Vorteil versessenen Intrigen nicht,

denn er stellt vorbehaltlos seine Kraft in den Dienst einer Sache, die sich lohnt. Er ist fähig, sich selbst hinzugeben. Nur gebengenügt ihm nicht, er gibt sich selbst. Und so kommt er schließlich dem höchsten Zeichen von Großzügigkeit auf die Spur: sich Gott hinzugeben ³⁹.

Großherzigkeit benötigt man, um Tag für Tag die eigene Heiligung und das Apostolat inmitten der Welt voranzutreiben und die immer wieder auftretenden Schwierigkeiten in der Überzeugung zu überwinden, dass dem der glaubt alles möglich ist ⁴⁰. In diesem Sinn wird ein großmütiger Christ sich nicht scheuen, in seiner Umgebung die Lehren der Kirche fest zu bekennen und zu verteidigen, auch dann, wenn er gegen den Strom ankämpfen muss ⁴¹. Das ist ein im Evangelium tief verwurzelter Aspekt. Auf diese Weise wird ein Christ allen mit Verständnis

entgegenkommen, aber in Glaubensdingen auch mit ***heiliger Unnachgiebigkeit***⁴², getreu dem Paulinischen Motto *veritatem faciente in caritate*, von der Liebe geleitet, die Wahrheit bezeugen ⁴³, was mit sich bringt, den gesamten Glauben ohne Gewaltanwendung zu bezeugen. Das erfordert auch Gehorsam und Fügsamkeit gegenüber dem Lehramt der Kirche, so dass dabei die Achtung der Meinungsfreiheit nicht eingeschränkt wird. Das verhilft auch zu einer klaren Unterscheidung zwischen Glaubenswahrheit und bloß menschlicher Meinungen.

Am Beginn wurde auf das geduldige Ausharren Mariens unter dem Kreuz hingewiesen. Der beispielhafte Starkmut unserer Herrin zeigt auch die Seelengröße, welche sie bei ihrer Cousine Elisabeth zu dem Ausruf veranlasste: *Magnificat anima mea Dominum ... quia fecit mihi magna qui potens est*, Meine Seele preist die

Größe des Herrn ... denn der Mächtige hat Großes an mir getan ⁴⁴. Benedikt XVI erinnert daran, dass dieser Lobpreis Mariens eine wichtige Lehre für uns enthält: „Nur wenn Gott groß ist, ist auch der Mensch groß. Mit Maria sollen wir beginnen zu verstehen, dass dies so ist, wir dürfen uns nicht von Gott entfernen, sondern wir müssen Gott gegenwärtig werden lassen. Wir sollen ihn in unserem Leben groß sein lassen, dann werden auch wir göttlich werden, und all der Glanz der göttlichen Würde wird dann auch uns zuteil“ ⁴⁵.

Wichtige Bibliografie

Katechismus der Katholischen Kirche, Nrn. 736, 1299, 1303, 1586, 1805, 1808, 1811, 1831-1832, 2473.

Johannes Paul II, *Die Tugend des Starkmuts*, Generalaudienz, Rom, 15. November 1978.

Augustinus, *De Patientia* (PL 40).

Thomas von Aquin, *Summa Theologiae*, II-II, qq.123-140.

Hl. Josefmaria, *Freunde Gottes*, Nrn. 77-80.

1 Vgl. Angel Rodríguez Luño, *Scelti in Cristo per essere santi , III. Morale speciale* , EDUSC, Rom 2008, Seiten 284 und 289.

2*Ijob* 7,1.

3*Mt* 11,12.

4 Vgl. *Ex* 15,2; *Esd* 8,10; *Jes* 25,1; *Ps* 31,4; 46,2; 71,3; 91,2; *1 Tim* 1,12; *2 Tim* 1,7; *Kol* 1,11; *Phil* 4,1; *Röm* 5,3-5.

5 *Der Weg*, Nr. 728.

6 *2 Kor 12,9-10.*

7 Vgl. *Joh 13,15 und 15,13.*

8 *Joh 15,5.*

9 *Joh 16,2.*

10 Vgl. *Katechismus der Katholischen Kirche*, Nr. 2473. Bekanntlich leitet sich das lateinische Wort *martyr* vom griechischen *mártys* ab, was Zeuge bedeutet.

11 Benedikt XVI, *Angelus* am 28. Oktober 2007. Der heilige Josefmaria beschreibt dieses unblutige Martyrium im Punkt 848 in *Der Weg*.

12 „*Selig bist du, Jungfrau Maria, du hast am Fuß des Kreuzes ohne den Tod zu erleiden die Palme des Martyriums verdient*“. Es handelt sich um die *Communio* des Festes der Schmerzhaften Gottesmutter aus dem Messbuch des heiligen Pius V,

die leicht abgewandelt im gewöhnlichen lateinischen Ritus als Antiphon zum Alleluja für Marienfeste aufscheint: *Beata est Maria Virgo, quae sin morte meruit martyrii palmam sub cruce Domini* (Vgl. Pedro Rodríguez, Nr. 622 von *Der Weg, kritisch historische Ausgabe*).

13 *Der Weg*, Nr. 508.

14 Vgl. Ángel Rodríguez Luño, *Scelti in Cristo ...*, cit. S. 291.

15 *Ps 27,3.*

16 *2 Tim 2,10.*

17 Vgl. *Lk 6,47-49.*

18 Vgl. *1 Sam 2,2; 2 Sam 22,47; Dtn 32,4; Hab 1,12; Jes 26,4; Ps 19,15; Ps 28,1; Ps 31,3-4; Ps 62,3.7-8; Ps 89,2-5; Ps 94,22; Ps 144,1*; etc.

19 *2 Sam 22,2-3*; vgl. *Ps 18,3.*

20 1 Kor 10,4.

21 1 Kor 1,10.

22 1 Petr 5,9.

23 Vgl. Mt 16,18.

24 Zitiert nach G. Valente, *Ratzinger Professore. Gli anni dello studio e dell'insegnamento nel ricordo die colleghi e degli allievi* (1946-1977), San Paolo Cinisello Balsamo (Mailand, 2008), S. 11.

25 Augustinus, *De patientia*, 1 (PL 40,611). Der Langmut zählt zu den vom heiligen Paulus in Ga 5,22 aufgezählten Früchten des Heiligen Geistes. Vgl. *Katechismus der Katholischen Kirche* Nrn. 736 und 1832.

26 Einige Texte des Neuen Testaments beziehen sich auf die Geduld Gottes: Vgl. 1 Petr 3,20; 2 Petr

3,9.15; *Röm* 2,4; *Röm* 3,26; *Röm* 9,22;
Röm 15,5; *1 Tim* 1,16.

27 Benedikt XVI, *Homilie* beim
festlichen Antritt seines Pontifikates,
Rom, 24. April 2005.

28 Vgl. *1 Kor* 9,22.

29 *Lk* 21,19.

30 Vgl. Ángel Rodríguez Luño, *Scelti
in Cristo* ... (cit), S 298.

31 Vgl. *Phil* 2,8.

32 *Mt* 10,22.

33 *Der Weg*, Nr. 983.

34 ***Mir gefallen die Schlusssteine,
welche die Beendigung einer
langen und geduldigen Bemühung
bilden***. (aus einem Interview im „*El
Cruzado Aragonés*“ vom 3. Mai 1969,
Nr. 16).

35 Johannes Paul II, *Homilie* in der Kathedrale von Mexico, 26. Jänner 1979.

36 *Mt 25,23.*

37 R. Cessario, *Las virtudes*, Edicep, Valencia 1998, S. 206.

38 Vgl. Ángel Rodríguez Luño, *Scelti in Cristo ...* (cit.), S. 294 und 296. Großmut oder Langmut werden auch traditioneller Weise als Früchte des Heiligen Geistes betrachtet: vgl. *Katechismus der Katholischen Kirche*, Nr. 1832.

39 *Freunde Gottes*, Nr. 80. Der Gründer des Opus Dei betrachtete die Beachtung der kleinen Dinge als Manifestation der Großherzigkeit: ***Die großen Seelen achten sehr auf die kleinen Dinge*** (*Der Weg*, Nr. 818).

40 Vgl. *Mk 9,23.*

41 Hl. Josefmaria, *Der Kreuzweg*, XIII
Station, Punkt 3.

42 Vgl. *Der Weg*, Pkte. 393-398.

43 *Eph* 4,15.

44 Lk 1,46-49.

45 Benedikt XVI, *Homilie am Fest
Maria Himmelfahrt, Castelgandolfo,
15. August 2005.*

pdf | automatisch generiertes
Dokument von <https://opusdei.org/de-ch/article/starkmut/> (26.01.2026)