

Die Riesen im Inneren bekämpfen – Teil 25

Bekämpfe Deine Wut, Deinen Ärger und Deinen Zorn – Teil 1

Peter hatte einen guten Hintergrund inmitten von bibelgläubigen Kirchgängern. Doch da war etwas in ihm, ein undefinierbarer Funke von Rebellion, der in der Pubertät aufkam. Als er anfang zu studieren, strich er Gott komplett aus seinem Leben. Er verfiel in einen Lebensstil der moralischen Nachlässigkeit und geriet unter schlechte Einflüsse, die auch dafür sorgten, dass er Eheprobleme bekam, als er Mitte 20 war.

Aber weshalb wurde er dann Polizist? Vielleicht hat es ja diese Kurskorrektur gebraucht in einem Leben, das völlig außer Kontrolle geraten war. Vielleicht wollte er ja einem Leben der Gesetzlosigkeit entfliehen und eines aufbauen, in dem er das Gesetz vollstreckte. Was auch immer ihn dazu bewogen hat, auf jeden Fall hat diese Veränderung sehr viel bei Peter bewirkt. Sie bedeutete für ihn Ordnung und Disziplin. Sein Leben erfuhr einen Aufschwung, und vor allem war das sehr gut für seine Ehe, und er fühlte sich seiner Familie sehr eng verbunden. Dafür arbeitete er und gab in diesem Beruf sein Bestes. Und wenn seine Frau schwanger wurde, war das für ihn nur eine weitere Bestätigung, dass all seine Träume sich erfüllen würden.

Doch dann schlug die Bombe ein! Er bekam die Kündigung.

Peter starrte ungläubig auf das sehr kurz gefasste Schreiben. Es hatte keine Vorwarnung gegeben, und sein Chef gab keinerlei Erklärung ab, weshalb er ihn aus dem Dienst entließ. Er händigte ihm dann nur noch die Entlassungspapiere aus. Seine Mitarbeit war nicht mehr länger erwünscht. All die Jahre der harten Ausbildung, sein Dienstesifer und seine Hingabe an diesen Beruf waren umsonst. Und jetzt war seine Frau auch tatsächlich schwanger. Sie hatten einen riesigen Schuldenberg, und es gab für ihn keine weitere Perspektive. Man hatte sich seiner entledigt, wie man das mit einem zerschlagenen Hemd zu tun pflegt.

Als er auf die Kündigung in seinen Händen blickte, geriet er in schreckliche Wut. Er zerknüllte und umklammerte sie, als ob er Klauen hätte. Und er hatte starke Hände. Jetzt juckten sie, weil er Rache nehmen wollte.

Peter ging nach Hause und versuchte, das Beste daraus zu machen. Aber er fand „das Beste“ nicht. Nachts lag er stundenlang wach und dachte nur an seinen Chef. Er versuchte, sich auf die Zukunft zu konzentrieren. Doch sein Zorn sorgte dafür, dass das arrogante Gesicht des Mannes in seinem Geist immer wieder auftauchte, der ihn gefeuert hatte. Die Schlaflosigkeit führte ihn spät in der Nacht in alle möglichen Richtungen. Noch ein paar Tage zuvor hätte er es für unmöglich gehalten, aber jetzt ertappte sich Peter dabei, einen

Mord zu planen, und der violette Zorn färbte sich schwarz.

Vielleicht fing alles mit einem Gedankenspiel an, eine Methode, wie er mit seinen Gefühlen umgehen konnte. Doch Fantasien schaffen oft ihre eigene Realität. Peter fing damit an, sich in seinem Geist detaillierte Szenen eines vorsätzlichen Mordes vorzustellen. Er besaß Waffen, und in seiner Ausbildung hatte er gelernt, damit umzugehen. Er hatte ebenfalls den Umgang mit Verbrechern gelernt und allerhand über ihre Fehler erfahren, die sie machten, so dass sie festgenommen werden konnten. Und so wusste Peter, wie er solche Fehler vermeiden konnte. Wer sonst als ein gut ausgebildeter Polizist konnte das perfekte Verbrechen verüben?

Die Bedenken, die ihm in den Sinn kamen, solch eine Sache durchzuführen, waren für ihn von geringem Interesse. Ihnen schenkte er so gut wie keine Beachtung. Sein Zorn war inzwischen so schwarz gefärbt, dass er jeden Preis dafür bezahlen wollte, um diese Tat auszuführen: Gefängnis, der Verlust seiner Familie und sogar die Hinrichtung. Nichts von alledem konnte ihn mehr abschrecken. In seinem Geist war nur noch Raum für seine unbändige Wut.

Diese Welt ist ein böser Ort. Wen wundert es da, dass der Zorn sich auf so viele unterschiedliche Weisen manifestiert? In welchen Formen dies geschieht, darüber wissen die Soziologen besser Bescheid als ich. Doch Du brauchst nur die Morgenzeitung aufzuschlagen. Die Schlagzeilen darin zeigen Dir auf, dass Ärger, Wut und Zorn sehr ernst zu nehmende Emotionen sind.

Was Ärger, Wut und Zorn so trügerisch und unglaublich gefährlich machen, ist, dass diese Empfindungen urplötzlich in Erscheinung treten, übermächtig werden und irrational sind. In diesem Zustand überschläft man die Probleme nicht mehr. Es gibt keine Garantie mehr für die persönliche Sicherheit. Wenn wir da eine eingebaute Langzeit-Sicherheit hätten, dann gäbe es keine Probleme, nicht wahr? Dann würden wir denken: „Moment mal, ich rieche den Rauch. Ich höre, wie der Zünder zischt. Ich werde schnell einen Eimer Wasser holen, um die Flamme zu löschen.“

Aber so eine Langzeit-Sicherheit haben wir leider nicht. Du und ich, wir haben nur eine Kurzzeit-Sicherheit. Doch wenn jemand, der voller Wut ist, mit dieser Kurzzeit-Sicherheit hinter dem Lenkrad sitzt und mit 110 km/h durch die Gegend fährt oder wenn sich in dessen Reichweite ein Gewehr befindet, er nur die Fäuste ballt oder diese Person sehr redegewandt ist, dann kann Zorn zu einer sehr schädlichen Sache werden. Zorn ist so alt wie die Sünde selbst – natürlich so alt wie Kain. Doch ich glaube, dass der giftige Zorn in unserer Generation eine neue Ebene erreicht hat.

Bis vor kurzem habe ich noch niemals erlebt, dass mir ein wütender Autofahrer gefolgt ist, nur weil ich ihn versehentlich geschnitten habe. Ich hatte auch noch nie junge Studenten beraten, die mit ansehen mussten, wie ihre Freunde in Schulkorridoren ermordet wurden. Ich hatte noch nie erlebt, dass Gewalt so außer Kontrolle geraten ist, dass man sich nicht mehr aus dem Haus wagt.

Doch damit haben wir es jetzt immer mehr zu tun. Es gibt Menschen, die sich als Erwachsene in einem ständigen Zorn-Modus befinden. So etwas nennt man „Wut auf das Leben“. Und wir wissen, dass explosive Substanzen nicht nur eine Gefahr für die Zielobjekte sind, sondern auch für jene, die sie zünden und für alle, die sich dann in der Nähe befinden. Ärger ist die Säure, die dem Gefäß schaden kann, in dem sie sich befindet und zwar noch mehr wie sie der Person Schaden zufügt, über die sie ausgegossen wird. Wenn Du giftigen Zorn in Dir hast, dann schwebst Du in größerer Gefahr als irgendjemand anders.

Wir können sehr viel aus dem Wort Gottes über die Zorn-Epidemie lernen.

Erkenne sinnlosen Ärger

Epheser Kapitel 4, Verse 26-27

26 Zürnt ihr, so sündigt nicht; die Sonne gehe nicht unter über eurem Zorn! 27 Gebt auch nicht Raum dem Teufel!

Eigentlich erwarten wir nicht, in der Bibel eine Anweisung über Zorn zu lesen. Wir haben ja gesehen, welchen Schaden Wut anrichten kann. Wir haben erkannt, dass sie ein Produkt der Sünde ist. Aber weshalb geht Paulus dann davon aus, dass Gläubige erzürnen? An anderer Stelle im selben Kapitel schreibt er:

Epheser Kapitel 4, Vers 31

Alle Bitterkeit und Wut und Zorn und Geschrei und Lästerung sei von euch weggetan samt aller Bosheit.

Liegt hier etwa ein Widerspruch in der Bibel vor? Nein, natürlich nicht. Es ist ein Anzeichen dafür, dass wir es im **Vers 31** mit einer anderen Form von Ärger, Wut und Zorn zu tun haben. Könnte es sein, dass es eine positive oder sündlose Art davon gibt, wenn Paulus sogar davon ausgeht, dass die Gläubigen erzürnen? Aber genau das tut er, und er ermahnt gleichzeitig, dass wir dabei nicht sündigen sollen.

Von daher müssen wir uns das ultimative Vorbild dieses Prinzips näher anschauen: JESUS CHRISTUS. Es ist durchaus möglich, Zorn positiv umzusetzen, und Er zeigt uns, wie das geht. Andererseits müssen wir uns

aber auch über den einen Punkt im Hinblick auf Zorn, Wut und Ärger klar sein. Einige gebrauchen die **Verse 26-27**, um ihren persönlichen Zorn zu rechtfertigen, leben ihn körperlich aus und nennen dies eine therapeutisch gute, positive Sache.

Bekannte Psychologen lieben es, diesen Rat zu geben, ganz besonders die immer größer werdende Anzahl der Radio-Therapeuten. Sie sagen: „Haltet den Zorn nicht zurück! Lasst ihn heraus! Geht auf die Person zu, die euch auf die Nerven geht, und staucht sie zusammen!“ Kein Wunder, dass diese Radio-Psychologen so beliebt sind. Die Zuhörer setzen das dann – wie eine Therapie-Anweisung – in die Tat um. Dabei müssen wir bedenken, dass diese Radio-Psychologen mehr an hohen Einschaltquoten interessiert sind als an die Umsetzung von Gerechtigkeit. Das Fernsehen, das Radio und die Film-Industrie wissen, dass wir Menschen Gewalt genießen – man sieht es daran, wie gerne die Zuschauer Krimis usw. anschauen -, und sie lieben es, ihre fleischlichen Leidenschaften anzustacheln.

Biblischer Zorn

Die Heilige Schrift liefert keine Option, Wut, Zorn und Ärger auszuleben. Sie verbietet es den Gläubigen sogar, überhaupt daran zu denken! In seinem Buch „The Message“, eine Bibelübersetzung in zeitgenössischer Sprache, schreibt Eugene_H._Peterson zu folgender Bibelstelle:

Matthäus Kapitel 5, Vers 21

„Ihr habt gehört, dass zu den Alten gesagt ist: »Du sollst nicht töten!«, wer aber tötet, der wird dem Gericht verfallen sein.“

„Ihr habt gehört, dass zu den Alten gesagt ist: 'Du sollst nicht töten'. ICH aber sage euch: Wer einem Bruder oder einer Schwester zürnt, der ist des Mordes schuldig.“

Und es gibt noch viele weitere Bibelstellen, die Zorn verurteilen:

Galater Kapitel 5, Verse 19-21

19 Offenbar sind aber die Werke des Fleisches, welche sind: Ehebruch, Unzucht, Unreinheit, Zügellosigkeit; 20 Götzendienst, Zauberei, Feindschaft, Streit, Eifersucht, ZORN, Selbstsucht, Zwietracht, Parteiungen; 21 Neid, Mord, Trunkenheit, Gelage und dergleichen, wovon ich euch voraussage, wie ich schon zuvor gesagt habe, dass die, welche solche Dinge tun, das Reich Gottes nicht erben werden.

Sprüche Kapitel 29, Vers 11

Ein Tor lässt all seinem Unmut freien Lauf, aber ein Weiser hält ihn zurück.

Jakobus Kapitel 1, Verse 19-20

19 Darum, meine geliebten Brüder, sei jeder Mensch schnell zum Hören, langsam zum Reden, langsam zum ZORN; 20 denn der ZORN des Mannes vollbringt nicht Gottes Gerechtigkeit!

Psalmen Kapitel 37, Vers 8

Steh ab vom ZORN und lass den GRIM; ERZÜRNE dich nicht! Es entsteht nur Böses daraus.

Inzwischen sind wir aber bereits an dem Punkt angelangt, an dem säkulare Experten damit anfangen, die herkömmliche Weisheit über die gesunde Art, seinen Zorn auszuleben, neu zu überdenken. Carol Travis schreibt in ihrem Buch „The Misunderstood Emotion“ (Die falsch verstandene Emotion), dass die psychologische Begründung, unseren Zorn auszuleben, keiner experimentellen Überprüfung standhält. Weiter sagt sie: „Die Forschungsergebnisse beweisen genau das Gegenteil: Der Ausdruck unseres Zorns verstärkt ihn nur, verdichtet einen feindlichen Geist und ein feindseliges Verhalten.“

Weshalb geht Paulus dann davon aus, dass die Gläubigen erzürnen? Gibt es so etwas wie Zorn ohne Sünde? Ich glaube, dass wir die Antwort darauf finden, indem wir das Leben und die Emotionen von Jesus Christus näher untersuchen. ER ist unser Vorbild in allen Dingen, wozu auch der Zorn gehört.

Der Zorn von Jesus Christus

Jesus Christus zeigte ihn bei mehr als einer Gelegenheit. Dabei denkst Du vielleicht an die bekannteste Szene: Seine Begegnung mit den Geldwechslern im Tempel von Jerusalem. Das **Johannesevangelium Kapitel 2** berichtet darüber, dass Er in das große Gotteshaus kam, wo Er ein geschäftliches Treiben vorfand:

- Den Verkauf von Schafen und Rindern
- Geldumtausch
- Gewinnsüchtige Menschen

Jesus Christus machte aus Stricken eine Peitsche in der Absicht, sämtliche Versorger der Opferindustrie vom Tempelgelände zu vertreiben. Aber nicht nur das: ER warf die Tische um und ließ alles Geld zu Boden fallen.

Johannes Kapitel 2, Verse 14-16

14 Und Er fand im Tempel die Verkäufer von Rindern und Schafen und Tauben und die Wechsler, die dasaßen. 15 Und Er machte eine Geißel aus Stricken und trieb sie alle zum Tempel hinaus, samt den Schafen und Rindern, und den Wechslern verschüttete Er das Geld und stieß die

Tische um; 16 und zu den Taubenverkäufern sprach Er: „Schafft das weg von hier! Macht nicht das Haus Meines Vaters zu einem Kaufhaus!“

Diese Passage ist natürlich ein wunderbares Gegenmittel für das „Freundlicher, sanftmütiger und milder Jesus-Konzept“, welches in der Kunst des Viktorianisches_Zeitalters und in bestimmten alten Kirchenliedern popularisiert wurde. Da ist nichts Sanftmütiges und Mildes an einem Mann, der mit einer Peitsche über das Tempelgelände läuft und Tiere und Menschen gleichermaßen in Angst und Schrecken versetzt.

Um den Zorn von Jesus Christus in dieser Situation zu verstehen, müssen wir wissen, was es mit diesen Geldwechslern auf sich hatte. Sie praktizierten eine Art „kirchliche Erpressung“ auf dem heiligsten Grundstück der Erde. Das war der einzige Ort auf der Welt, wo die Gläubigen hinkommen konnten, um Gott an den Festtagen anzubeten und zu verehren. Und gemäß der Heiligen Schrift sollten sie dort ihre Opfer darbringen. Dazu brachten die Gläubigen die besten Tiere ihrer Herden mit, ihre makellosesten Lämmer, die dann aber meist von den Priestern nach genauer Inspektion abgelehnt wurden. Die Priester hatten nämlich mit den Geldwechslern eine Vereinbarung getroffen, die Tempelmünzen bereitstellten, welche dafür sorgten, dass man durch die Tempelinspektion mühelos hindurch kam. Das war so ähnlich, wie man heute Eintrittskarten zu Theateraufführungen oder Sportveranstaltungen verkauft. Der einzige Unterschied war, da es dabei keinen Wettbewerb und keine Kontrolle gab, so dass diese Tempelmünzen zu Wucherpreisen verkauft werden konnten. Somit wurden die Gläubigen, die Gott verehren wollten, buchstäblich vom Tempelinstitut über den Tisch gezogen.

Doch es gab noch mehr, was Jesus Christus erzürnte. Die Händler hatten ihre Tische im Hof der Heiden aufgestellt. Das war der Außenbereich des Tempelgeländes. Nur dort durften Nicht-Juden Gott anbeten. Dies war eine Sondereinrichtung für die Nicht-Juden. Und dieser Bereich lag abseits und wurde gut bewacht. Doch die Händler hatten sich über die Bestimmungen hinweggesetzt. Sie nutzten den Platz für ihre Lager, ihr Gepäck und ihre Geschäfte. Die Nicht-Juden konnten nirgendwo anders hingehen, um den einzig wahren Gott anzubeten. Und Jesus Christus, Der wusste, dass Er auf die Erde gekommen war, um die Verlorenen zu suchen und zu erlösen – wozu auch die verlorenen Nicht-Juden gehörten – konnte so etwas auf gar keinen Fall akzeptieren.

Jetzt können wir verstehen, weshalb die Wut in dem Sohn Gottes hochkochte. Doch was war das Bemerkenswerte an Seinem Zorn? Was heiligte ihn im Vergleich zu den Emotionen von Wut und Ärger, die wir empfinden? Der Schlüssel ist in dem Objekt Seines Zorns zu finden. ER wurde nicht wütend, als Er:

- Vor König Herodes und den römischen Statthalter Pilatus geschleppt wurde
- Geschlagen wurde
- Verspottet wurde
- Die Menschenmenge ihn von einem Felsen stürzen wollten, als Er seinen Dienst begann

Sein Zorn war deshalb heilig, weil Er sich gegen die Ungerechtigkeit richtete, welche gegenüber dem Volk und dem himmlischen Vater ausgeübt wurde. Es ging ihm dabei nicht um seine Person, sondern um den himmlischen Vater. Wie oft können wir das über unseren eigenen Zorn sagen?

Leider geraten wir meistens nur über die Dinge in Wut, die uns betreffen und kaum über die Ungerechtigkeit gegenüber Gott und gegenüber seinen Angelegenheiten. Wir zeigen wenig Emotionen, wenn es geht um:

- Hungernde
- Obdachlose
- Christenverfolgung im Ausland
- Menschen, die sterben, ohne das Evangelium gehört zu haben

Beim heiligen Zorn geht es nicht um unsere Person; denn dabei vergiss man sich selbst.

Wir können auch beobachten, dass Jesus Christus eine vernünftige und angemessene – und keine veranlagungsgemäße – Antwort auf diese Ungerechtigkeit, die Er sah, hatte. ER machte sich eine Peitsche aus Stricken und säuberte auf praktische Weise den Vorhof des Tempels, der für die Nicht-Juden vorgesehen war. Dabei handelte es sich um keinen unkontrollierten Wutanfall, sondern um eine Erlösungsaktion.

Es gibt aber noch ein weiteres erleuchtendes Beispiel für den Zorn von Jesus Christus. Eines Tages wurde ein Mann mit einer verkümmerten Hand zu ihm gebracht. Jesus Christus hatte sofort Mitleid mit diesem Behinderten und heilte ihn auf der Stelle. Doch dann gab es eine Auseinandersetzung, weil es Sabbat war. Das war ein Verstoß gegen ihre Verordnungen.

Markus Kapitel 3, Vers 5

Und indem Er sie ringsumher mit ZORN ansah, betrübt wegen der Verstocktheit ihres Herzens, sprach Er zu dem Menschen: „Strecke deine Hand aus! Und er streckte sie aus, und seine Hand wurde wieder gesund wie die andere.“

Jesus Christus war frustriert, weil sein Volk nicht verstand, worum es in den

hebräischen Gesetzen überhaupt ging. Die Juden hatten keinerlei Mitgefühl und empfanden keine erlösende Liebe, welche das Kleingedruckte des hebräischen Gesetzes aufheben konnte. Und Jesus Christus konnten sie da auch nirgendwo einordnen. Deshalb war Er wütend, und das zu Recht.

Aristoteles sagte einmal: „Ein Mensch, der aus gutem Grund wütend ist und sich für die rechten Leute und für die richtige Sache einsetzt, verdient großes Lob.“

Der Zorn von Jesus Christus erfüllte jede Bedingung dieser Aussage.

Ja, es gibt so etwas wie einen gerechten, sündlosen Zorn. Doch diesen muss man genau untersuchen, indem wir tief in unser Herz hineinschauen, bevor wir ihn zulassen. Heiliger Zorn ist bewundernswert, aber Zorn - in falscher Weise ausgelebt – ist für Gott ein Gräuel.

Fortsetzung folgt ...

Mach mit beim [http://endzeit-reporter.org/projekt/!](http://endzeit-reporter.org/projekt/)*

Bitte beachte auch den Beitrag [In-eigener-Sache](#)