

Wenn Sie es nicht schaffen, Ihren Zorn zu überwinden, lassen Sie sich ermutigen! Gott zeigt uns unsere Sünden nicht, um uns in ihnen gefangen zurückzulassen. Jesus ist gekommen, um die Macht des Zorns in Ihrem Leben zu brechen, und in Ihrem Kampf kann seine Weisheit Sie führen. Wir wollen zuerst drei der häufigsten und schädlichsten Missverständnisse über den Zorn betrachten, die unsere Gesellschaft und unser persönliches Leben vergiften.

Lüge Nr. 1: Zorn ist etwas in meinem Innern

Die Bibel stellt klar, dass Zorn keine „Sache“ ist. Er ist eine moralische Tat der ganzen Person – keine „Substanz“ oder kein „Etwas“ in Ihnen. Das klingt vielleicht selbstverständlich, aber die meisten geläufigen Meinungen über Zorn erkennen dies nicht. Ist Zorn eine heiße, gefühlsmäßige Wallung, die innerlich Druck aufbaut? Oder ist Zorn ein Dämon, der in einem Wohnung nimmt? Diese üblichen Vorstellungen – die sich sonst in jedem Punkt völlig unterscheiden! – haben beide gemeinsam, dass Zorn *etwas* ist.

Im westlichen Kulturkreis beschreiben viele Theorien Zorn als eine Wallung, die innerlichen Druck aufbaut und herausgelassen werden muss. Diese „hydraulische“ Theorie ist Teil der beliebten Weisheit, dass Zorn „einfach existiert und weder gut noch schlecht ist.“ Warum scheint diese Theorie plausibel zu sein? Im folgenden Beispiel zeigt sich, wie Zorn sich anfühlen kann: Der Zorn eines Menschen kann sich „anstauen“; „er ist kurz vor dem Ausbruch.“ Menschen können „vor Wut kochen“, „zorn erfüllt“ sein und „kurz vor der Explosion“ stehen. Sie „lassen Dampf ab.“ Alter, unbereinigter Zorn kann im „Innern gesammelt“ und über Jahrzehnte „gehegt“ werden. Wenn Sie ihn sich „von der Seele schaffen“, sodass Ihr Zorn „sich erschöpft hat“, dann fühlen Sie sich besser. Alle diese Bilder beschreiben den Zorn als ein Druck aufbauendes *Etwas* in uns.

Ohne Zweifel *zeigen* diese bildhaften Beschreibungen, wie Zorn sich anfühlt. Aber ein Bild

soll nicht die Sache überlagern, die sie beschreiben will. Zorn fühlt sich brennend an, aber er ist kein Feuer. Die Lösung für sündigen Zorn ist nicht, den Schmelzofen zu entfernen oder genug Wasser zu trinken, um die Flammen zu löschen! Die Lösung liegt auf der moralischen Ebene: sich mit Reue und Glauben von der Sünde abwenden hin zu Gottes Gnade.

Wenn die Menschen glauben, dass Zorn etwas ist, das in ihrem Innern passiert, und nicht etwas, was sie tun, dann führt das zu einer anderen Lösung als zur Buße. In der Seelsorge wird dann versucht, den Druck zu mindern, indem man „das Geschwür aufsticht“ (ein weiteres Bild!). „Hier haben Sie ein Kissen. Betrachten Sie es als Ihre Mutter. Nehmen Sie diesen Baseballschläger und verprügeln Sie das Kissen und verwünschen Sie sie für alles, was sie getan hat. Sie lassen den Zorn aus sich heraus und werden gesund sein.“

Ein solches Szenario erscheint nur logisch, wenn der Zorn eine *Sache* in uns ist. Aber weil Zorn eine moralische Handlung der ganzen Person ist, ist dieser Weg sündig, selbst wenn er dem Zorn zeitweilig die Schärfe nimmt. Die wahre Lösung sind Selbsterkenntnis, Eingeständnis des Fehlers, Buße, Glauben und neuer Gehorsam durch die Kraft von Gottes Gnade.

In abergläubischen Naturvölkern – und in einigen Teilen des heutigen Christentums – betrachten viele Menschen den Zorn als einen „Dämon“. Wieder ist der Zorn *etwas* in Ihrem Innern, und Sie werden davon geheilt, indem er aus Ihnen herauskommt – in diesem Fall durch eine Austreibung. Auch hier erscheint die Theorie plausibel. Zorn lässt uns, wie jede andere Sünde auch, genau wie der Teufel werden. Wenn Sie einen sündig zornigen Menschen sehen (oder auf diese Weise zornig sind), zeigt sich das Bild des Teufels.

Aber der Teufel ist am Zorn nicht mehr beteiligt wie bei jeder anderen Sünde auch. Er besetzt uns nicht, sodass wir sündigen; er beherrscht uns. Er versucht uns und lügt, um uns zu kontrollieren und zu zerstören. Die Lösung ist nicht ein Exorzismus, um die vermeintlichen Dämonen des Zornes, der Wut, des Stolzes und der Rebellion auszutreiben; sie lautet *Buße* von der Wut,