

David Powlison

Drei Lügen über den Zorn und die umgestaltende Wahrheit

Zorn Teil 2

Was ist Zorn? Wie sollten wir damit umgehen? Teil 1 dieses Artikels hat versucht, biblische Anker für das Verständnis dieser launischen Erfahrung zu geben. Wir haben gesehen, dass die Bibel den Zorn sehr detailreich behandelt. Wir haben gesehen, dass Zorn den ganzen Menschen einbezieht: Körper, Gefühle, Verstand, Motive und Verhalten. Er hat einen zwischenmenschlichen Fokus, immer etwas mit Gott und in der Regel etwas mit anderen Menschen zu tun. Er entspricht der menschlichen Natur und ist erlernt, sowohl zum Guten als auch zum Bösen. Er ist eine moralische Angelegenheit. Gott gibt uns eine Weltanschauung, von der aus wir über den Zorn denken und worin wir mit den verschiedenen Ausdrucksformen des Zorns kämpfen, denen wir begegnen.

In Teil 2 werden wir drei der schädlichsten Missverständnisse über den Zorn kritisch untersuchen, die unsere Kultur dominieren. Als christliche Seelsorger können wir eine biblische Alternative in ihrer ganzen Tiefe, Hoffnung und Kraft jenen Menschen anbieten, die in Lügen gefangen sind. Die Wahrheit zeigt einen Ausweg aus dem Zorn und der Verwirrung, die ihn umgibt. Dieser Teil des Artikels schließt acht Fragen mit ein, die Ihnen helfen sollen, den Zorn in einer göttlichen Weise zu bewerten und zu überwinden.

Lüge 1: Der Zorn ist etwas in mir

Eine entscheidende Auswirkung dessen, was wir besprochen haben, ist, dass Zorn keine „Sache“ ist. Er ist ein moralischer Akt der ganzen Person, nicht eine „Substanz“ oder „etwas“ in Ihnen. Das mag sich einleuchtend anhören, aber die beliebtesten Auslegungen von Zorn sehen das nicht so. Ist Zorn eine heiße, emotionale Flüssigkeit, die von innen einen Druck aufbaut? Oder ist Zorn ein Dämon, der die Menschen besetzt? Diese beliebten Ideen – im Gegensatz zu jedem anderen in jeder anderen Weise! – stimmen darin überein, dass Zorn ein „Etwas“ ist.

In der westlichen Kultur im Allgemeinen sehen viele Theorien den Zorn als eine emotionale Flüssigkeit an, die in unserem Inneren einen Druck aufbaut und freigelassen werden muss. Diese „Hydraulik“-Theorie des Zorns trägt zu der volkstümlichen Weisheit bei, dass Zorn „so ist, wie er ist, weder gut noch böse.“ Dinge sind neutral; moralisch Handelnde sind es nicht. Warum scheint diese Theorie plausibel zu sein? Weil Bilder wie

das folgende etwas einfangen, wie Zorn sich anfühlen kann: Der Zorn einer Person kann „angestaut“ sein; „seine Pumpe ist gefüllt.“ Menschen können „vor Wut kochen“, „erfüllt“ sein mit Zorn, darauf warten, zu „explodieren.“ Sie „lassen Dampf ab.“ Alter, ungelöster Zorn kann „sich innen aufstauen“, für Jahrzehnte „verborgen.“ Falls Sie es „loswerden“, bis Ihr Zorn „ausgebrannt“ ist, fühlen Sie sich besser. All diese Bilder stellen den Zorn überzeugend als eine unter Druck liegende Substanz in uns dar.

Kein Zweifel, diese farbenprächtigen Beschreibungen fangen ein, wie sich Zorn anfühlt. Aber ein Bild ist nicht dazu gedacht, jene Sache zu überwältigen, die es eigentlich illustrieren soll. Die Verfasser des Alten und Neuen Testamentes zum Beispiel glaubten nicht wirklich, dass ein innerer Ofen angefacht wurde, um Sie zu erhitzen, wenn Sie vor Zorn „brennen.“ Das Bild des „Brennens“ fängt die Empfindung des Zorns und seine Auswirkungen grafisch ein, aber es soll nicht die Tatsache verleugnen, dass Zorn etwas ist, das die Menschen tun. Zorn fühlt sich feurig an, ist jedoch kein Feuer. Die Lösung für sündhaften Zorn besteht nicht darin, den Ofen chirurgisch zu entfernen oder genug Wasser zu trinken, um das Feuer zu löschen! Die Lösung ist moralisch: sich in reumütigem Glauben von der Sünde weg und zu Gottes Gnade hinwenden.

Was meine ich, wenn ich sage: „Meine zornige Nachbarin knurrt, bellt, faucht und schnappt nach ihren Kindern; sie kaut und beißt ihnen die Köpfe ab; sie wird rasend und hat Schaum vor dem Mund?“ Dies sind erläuternde, verbale Bilder. Aber ich meine sicherlich nicht, dass sie einen inneren, tollwütigen Wachhund besitzt, und dass der rasende Hund in ihrem Innern die Oberhand gewonnen hat! In diesem Fall wären die einzigen Lösungen, ihr einen Mailkorb anzulegen oder sie von ihren Qualen zu erlösen. Ein tollwütiger Hund ist eine „Sache“, die mit Reden nicht mehr zu bändigen ist. Aber ich habe knurrende Menschen gekannt, die, indem sie auf Gott hörten, bereuten, glaubten und gehorchten, friedfertig wurden.

Wenn Menschen glauben, Zorn sei eine unter Druck liegende Substanz, etwas in uns, nicht etwas, das sie tun, dann zielt der Gedanke auf eine andere Lösung als auf die der Reue. Das Bedürfnis nach einer bestimmten seelischen Reinigung erscheint logisch. In der Seelsorge wird versucht, den Druck herauszulassen, indem man „das Geschwür öffnet“ (ein weiteres Bild!). „Du hast dieses kochende Zeug in dir, das heraus muss. Hier ist ein Kissen. Nenn’ es deine Mutter. Nimm’ diesen Baseballschläger und verprügele das Kissen, während du sie für alles verfluchst, was sie getan hat. So bekommst du den Ärger aus deinem System. Du fühlst dich besser und die Sache ist geklärt.“ Dieses Szenario hört sich logisch an, wenn Zorn nur eine Sache wäre, die sich in Ihnen befindet. Weil Zorn jedoch keine Sache ist, sondern eine moralische Handlung der gesamten Person, ist das Szenario sündhaft. [\[2\]](#) Zorn ist keine Sache, also ist die wahre Lösung Selbstverständnis,

ein Anerkennen des Unrechts, Reue, Glaube und neuer Gehorsam durch die Macht von Gottes Gnade.

Die zweite Art, wie Zorn als Sache visualisiert wird, sehen wir in animistischen Kulturen – und in einigen Bereichen der heutigen christlichen Kultur. Vor diesem Hintergrund behandeln viele Menschen den Zorn als einen „Dämon“. Die Logik ist mit dem säkularen, hydraulischen Modell identisch. Wieder ist der Zorn etwas in Ihnen. Es wird gelöst, indem Sie die „Sache“ aus sich herausbringen, in diesem Fall, indem Sie es austreiben. Wieder erscheint diese Theorie plausibel. Genauso wie zornige Menschen kochen, lässt uns der Zorn, wie jede andere Sünde, werden wie der Teufel. Er ist der Ankläger, der sich des Richterstuhls bemächtigt, der Halbwahrheiten und Lügen erzählt und der seinen Zorn gegen Gott und andere Menschen hervorbringt. Die gesamte zornige Welt liegt in seiner Macht, und der Teufel versucht, uns in sein Bild umzuformen. Wenn Sie eine sündhaft zornige Person sehen (oder selbst eine sind), dann zeigt sich das Bild des Teufels. Aber die Hand, die der Teufel beim Zorn im Spiel hat, ist nicht anders als seine Verwicklung in andere Sünden. Er dämonisiert uns nicht in der Sünde; er regiert uns. Er versucht und lügt in seinem Bestreben, uns zu kontrollieren und zu zerstören. Die Lösung liegt nicht im Exorzismus vermeintlicher Dämonen der Raserei, des Zorns, des Stolzes und der Rebellion; sie liegt in der Abkehr und Reue von Raserei, Zorn, Stolz und Rebellion, und zur Hinwendung zum Herrn der Barmherzigkeit. Zorn ist eine moralische Handlung, keine innewohnende Sache, und seine Lösung ist ebenfalls eine moralische Handlung. [3]

Weil Zorn etwas ist, das Menschen als moralisch Handelnde tun, gibt es keinen Grund, dass er herausgelassen oder exorziert werden müsste, um wirklich gelöst zu werden. Theorien, die den Zorn „verflüssigen“ oder dämonisieren, hören sich plausibel an, weil sie auf ein lebhaftes Bild oder den Erzankläger verweisen, der in der Nachbarschaft lauert. Aber sie missverstehen, was sie sehen und führen die Menschen in die Irre.

Lüge 2: Es ist in Ordnung, auf Gott zornig zu sein

Wir haben zu einem früheren Zeitpunkt gesehen, dass der Zorn auf Gott etwas Alltägliches ist. Die Bibel spricht x-mal davon. [4] Er ist eine der logischsten menschlichen Reaktionen, die in der Natur der Sünde liegt, aber er ist eine tödliche Bosheit. Was Hiob Frau sagte, war ein schrecklicher Rat, aber zumindest machte sie ihre Ansicht deutlich: „Verfluche Gott und stirb“ (Hiob 2:9).

Viele populäre Zweige der Psychologie diskutieren den Zorn auf Gott in einer wenig hilfreichen Weise. Der Standardratschlag lautet ungefähr so: „Falls Sie auf Gott zornig sind, müssen Sie vier Dinge tun. Erinnern Sie sich erstens daran, dass Zorn so ist, wie er ist, er ist weder gut noch böse. Es ist in Ordnung, wenn Sie auf Gott zornig sind. Er hat uns mit zornigen Gefühlen geschaffen. Zweitens lässt Gott uns oftmals im Stich und enttäuscht

uns. Wie sonst können wir es erklären, missbraucht worden zu sein, zu ihm nach Erlösung geschrien zu haben, doch der Missbrauch ging weiter? Falls er angeblich alles unter Kontrolle hat, hätte er es beenden können, doch er tat es nicht. Drittens müssen Sie Ihren Zorn auf Gott herauslassen. Er ist ein reifer Liebhaber und reife Liebe kann den ehrlichsten Zorn des Geliebten schlucken. Haben Sie also keine Angst, ihm genau zu sagen, was Sie fühlen und denken. Viele Psalmen beschreiben den Zorn auf Gott, wenn also andere Männer und Frauen Gottes ihrem Zorn über ihn freien Lauf gelassen haben, können Sie das auch tun. Zensieren Sie nicht Ihre Gefühle und Ihre Sprache; sagen Sie, was Sie fühlen, dann sind Sie kein Heuchler. Viertens müssen Sie Gott vergeben. Vergebung ist das Gegenteil von Zorn, und Sie müssen sich von der Feindseligkeit trennen, um mit sich selbst im Frieden zu leben und um eine vertrauensvolle Beziehung mit Gott aufbauen zu können. Vergeben Sie ihm für die Zeiten, in denen er Sie hängen gelassen hat.“ Plausibel? Viele finden das so. Schlüssig? Es scheint zusammenzuhängen. Wahr? Keinesfalls.

Zorn auf Gott wird am nützlichsten geprüft durch die Frage: “Was willst und glaubst du?“ – so wie Sie es mit jeder anderen Art von Zorn tun würden. Was Sie ausnahmslos finden werden ist, dass Ihr Herz von besonderen Sehnsüchten und Lügen kontrolliert wird, die als Ersatz für den lebendigen und wahren Gott herhalten mussten. Wenn ich mich zum Beispiel nach einer Ehe sehne und glaube, dass Gott meine Hingabe an ihn mit einer Frau belohnt, macht sich mein Herz selbst bereit für den Zorn auf Gott. Der Zorn kommt, wenn das Verlangen nicht erfüllt wird und der Glaube sich als haltlos herausstellt.

Jener Zorn auf Gott, den man häufig in der Seelsorge antrifft, ist – faktisch ohne Ausnahme (wir werden gleich die „Zornes“-Psalmen diskutieren) – sündhafter Zorn. Er fließt über vor lauter Groll und Argwohn gegen Gott. Er umfasst fest (und proklamiert) Lügen über das, was Gott ist. Er rationalisiert jede Zahl selbstzerstörerischen und sündhaften Verhaltens. Zorn auf Gott bietet eine wunderbare Gelegenheit zur Seelsorge. Richtig gehandhabt ist er der Königsweg in die böartige Unordnung des menschlichen Herzens. Durch die Gnade Gottes können diejenigen, die zornig auf ihn sind, oftmals zum ersten Mal entdecken, wer er wirklich ist und wer sie sind.

Lassen Sie uns diese therapeutische Formel Punkt für Punkt untersuchen. Erstens hatten wir uns mit der Tatsache befasst, dass Zorn nicht neutral ist. Zorn gegen Gott wird ihn entweder feindselig anklagen oder einen lebendigen Glauben an ihn ausdrücken. Diese zornigen Gefühle, mit denen wir „geschaffen“ wurden, können entweder göttlich oder teuflisch sein. Im Gegensatz dazu vermeidet das erste Stück des therapeutischen Ratschlags komplett das moralische Dilemma, das dem Zorn innewohnt.

Zweitens, lässt Gott uns im Stich, wenn wir leiden? Nirgendwo in der Bibel finden wir die Spur eines Beweises, dass Gott uns wahrhaftig ständig im Stich lässt. Die Bibel diskutiert

ständig das Leiden, aber sie zeigt uns jederzeit, dass jeder offensichtliche „Betrug“ durch Gott im Kontext seiner größeren Absichten gesehen werden muss. Zweifellos können uns Menschen wirklich und ernsthaft im Stich lassen. Menschen, die uns missbrauchen, missbrauchen unser Vertrauen in derart abscheulicher Weise, dass, wenn die Hölle mehrere Stufen besitzt, sie den tiefsten Abgrund verdienten. [5] Sicherlich quält uns der Teufel. Darum geht es ihm. Leiden verletzen mit Sicherheit – per definitionem. Zorn gegen Tyrannen und Erztirannen wird von Herzen autorisiert. Aber Gott hat uns niemals Freiheit von Tränen, Trauer, Weinen und Schmerz versprochen – oder von dem Unrecht, aus dem sie hervorgehen – bis zu dem großen Tag, an dem Leben und Freude für immer über den Tod und die Qualen triumphieren werden. Die Verflechtung von Gottes Ehre und unserem Wohlergehen ist weit größer, als Menschen sich das vorstellen. Haben Menschen, die auf Gott zornig sind, falschen Verheißungen geglaubt oder Gott mit ihren eigenen Erwartungen überfrachtet? Wurden sie zornig über einen „enttäuschenden“ Gott, und haben sie jemals seine Handlungen und Motive mit denen des Satans und jener böartigen Menschen verwechselt, die die Grausamkeit des Teufels nachahmen? Es ist seltsam, wie Menschen, die wirklich nicht an die Souveränität Gottes glauben, zu Super-Calvinisten werden („Er hätte die Dinge ändern können und tat es nicht“), wenn sie auf ihn zornig sind. Wirklich an Gottes Souveränität zu glauben bedeutet, ein unerschütterliches Fundament des Vertrauens inmitten sogar höllischer Qualen, ganz zu schweigen von den milden Schmerzen, zu erlangen.

Der wahre Gott ist der Erlöser von den Tyrannen, nicht der Tyrann selbst. Er ist die einzige Hoffnung der „Armen, Bedrückten, Notleidenden, Unglücklichen und Unterdrückten“, die in einer Welt „voller Gewalt“ angegriffen werden. Und – eine Wahrheit, die so unergründlich ist, dass wir es nur mit Zittern aussprechen können – wenn wir mit uns selbst ehrlich sind, erkennen wir, dass wir mehr Ähnlichkeit mit den Tyrannen haben, als wir zugeben. Die Trennlinie zwischen Gut und Böse verläuft durch jedes Herz, mit Ausnahme des Herzens des Lammes Gottes. Es ist nicht so, dass wir von anderen das verdient hätten, was sie uns angetan haben. Das war einfach nur böse, und es wird voll mit dem Zorn Gottes vergolten (ausgegossen über den Tyrannen oder über Christus für diejenigen, die bereuen). Aber das bedeutet nicht, dass wir dadurch Unschuldige sind. Wir verdienen ebenfalls den Zorn für unsere eigenen Sünden. Jesus erlitt die Qualen, die wir gerechterweise verdienen.

Der Zorn auf Gott, den Seelsorger oftmals sehen, verbirgt ausnahmslos eine tiefe Selbstgerechtigkeit und drückt einen eklatanten Unglauben aus. Nirgendwo stellt die therapeutische Formel der Welt diese Selbstgerechtigkeit und diesen Unglauben in Frage. Stattdessen verstärkt sie sie noch (deswegen finden viele Menschen dieses therapeutische Modell so plausible und attraktiv!). Weil es niemals über die Sündhaftigkeit im Zorn auf Gott redet, kann diese therapeutische Formel niemals die einzig wahre Hoffnung für

solche Kämpfer sein: der Retter, der unsere Sünden trug, erlöst sein Volk von der Verdammnis und der Verdorbenheit ihrer eigenen Sünden und vom Schmerz der Sünden anderer Menschen.

Die Bibel stellt auch den dritten Punkt der therapeutischen Formel in Frage. Sie müssen Ihren Zorn auf Gott nicht herauslassen, um mit ihm fertig zu werden. Sie müssen, wie Hiob, Buße darüber tun. Sie müssen die Verlangen, die falschen Glaubenshaltungen und die Selbstgerechtigkeit, die er produziert und antreibt, verstehen. Es gibt keinen Psalm, der zu irgendeiner Art von Herauslassen des feindseligen Zorns ermutigt, der die Therapeuten unterstützt. In den „Zorn“-Psalmen schwingt ausnahmslos eine Glaubenshaltung mit. Ja, es gibt wahren Streit, Klage, Verletzung und Entsetzen. Wir können es ehrfurchtsvoll gerechten Zorn nennen, denn er sehnt sich nach der Herrlichkeit Gottes und dem Wohlergehen seines Volkes. Solch liebender Zorn sehnt sich danach, Gott zu haben, unsere einzige Hoffnung, der die Leiden beseitigen kann, die wir gerade erfahren. Die Heftigkeit der Klage erwächst aus der Stärke des Glaubens. Sie enthält kein Fluchen, keine hasserfüllte Bitterkeit, keine Lügen, keine spöttische oder feindselige Herabsetzung, keine Blasphemien. Die Psalmisten sind entsetzt, denn sie wissen und vertrauen darauf, dass Gott gut ist, weil sie ihn lieben, und weil sie kämpfen, um seine Verheißungen mit der aktuellen Bedrückung in Einklang zu bringen. [6] Die Psalmisten wenden sich in ehrlichem Glauben an Gott, indem sie mit ihren Umständen kämpfen. Aber Menschen, die zornig auf Gott sind, stoßen ihn beiseite. Die Psalmisten wollen Gottes Herrlichkeit und das das Böse verschwindet; sie stöhnen und klagen in ihrem Glauben. Und typischerweise (ebenfalls von der therapeutischen Nachbildung ignoriert) offenbaren sie ein Bewusstsein für Schuld und Sünde; sie erkennen, dass das Leiden im Allgemeinen irgendwie verdient ist. Dies ist ein Bewusstsein, das mit dem Hass auf die bösen Absichten koexistiert, die sie quälen. Wenn die Bibel uns lehrt, wie man seine Qualen vor Gott artikuliert, lehrt sie den Schrei des Glaubens, nicht das Gebrüll blasphemischer Raserei. Die therapeutische Alternative ist zu verdreht, um jemals gequälte Menschen lehren zu können, wie und warum sie einem Gott gegenüber klagen können, den sie lieben.

Viertens ist die Ansicht, Gott zu vergeben, die endgültige Blasphemie in einer Reihe von Gotteslästerungen. Angenommen, die Person, die wirklich mit dem Zorn auf Gott zu tun hat, bereut und glaubt und ist nicht länger zornig auf Gott. Sie fühlt eine überwältigende Dankbarkeit (eine weitere Sache, die in der Nachbildung fehlt), weil sie Vergebung gefunden hat, nicht, weil sie sie gewährt hat. Gott ist gut. Er benötigt unsere Vergebung nicht. Er sitzt nicht auf der Anklagenbank, egal, wie sehr unser sündhafter Zorn ihn dorthin setzen will. Mit wem beginnt Vergebung, sodass eine vertrauensvolle Beziehung zwischen Mensch und Gott wiederhergestellt werden kann? Beginnt es mit uns?

Unmöglich. Die therapeutische Nachbildung liegt auch an diesem Punkt, wie bei allen anderen, absolut falsch.

Die Psalmen und Hiob liefern für diese bagatellisierenden und verdrehten Ideen keine biblische Unterstützung. Sogar Hiob, ein Mann Gottes mit ehrlichem Glauben, tat am Ende Buße für das Scheitern seiner Selbstgerechtigkeit. In dem Maß, wie er Gott tadelte und versuchte, sich selbst zu rechtfertigen, wurde er dazu gebracht, zuzugeben, dass er falsch lag. Darum geht es in dem Buch. Die Psalmen, wenn sie in ihrer Gesamtheit gelesen werden, drücken nicht das aus, was sie angeblich durch jene sagen, die einige Verse aus dem Textzusammenhang reißen, um eine falsche Idee zu unterstützen.

Jeder Schritt in der Welt der therapeutischen Formel wird auf ein Ende gelenkt: den Menschen auf dem Thron des Hochmutes zu halten. Diese therapeutische Nachbildung beurteilt Zorn als neutral, tadelt Gott dafür schlecht zu sein, setzt Feindseligkeit frei und „vergift“ schließlich dem großen Übeltäter. Es zeigt eine Seichtheit moralischer Denkweise, sogar eine Seichtheit in der Formulierung des bösen Problems (ganz zu schweigen von dem Kampf damit) und eine Seichtheit, sich an der Heiligen Schrift festzumachen. Eigentlich sollte dies die *Christen* zornig machen! [\[7\]](#)

Die Person, die ehrlich mit ihrem Zorn gegen Gott umgeht – und zur Wahrheit darüber gelangt – geht einen ganz anderen Weg als den von der allgemeinen Formel beschriebenen. Das bußfertige und glaubende Herz kommt zwischen meinen vergangenen Leiden und meiner jetzigen Bereitschaft, irgendeine Art von Beziehung zu einem Gott, der mich im Stich gelassen hat, zu tolerieren, nicht zur Ruhe. Das glaubende Herz findet Wahrheit, Freude, Hoffnung und unaussprechliche Liebe. Das glaubende Herz findet Gott.

Lüge 3: Mein großes Problem ist mein Zorn auf mich selbst

Viele der soeben diskutierten Probleme erscheinen wieder in den aktuellen Vorstellungen der Selbstvergebung. Falls ich zornig auf mich selbst bin – und das Phänomen ist alltäglich – argumentiert die aktuelle Weisheit, dass ich mir vor allem selbst vergeben muss. [\[8\]](#) Zwei Wahrheiten werden typischerweise dafür angesehen, dass sie vom Zorn auf sich selbst zur Selbstvergebung führen. Erstens „Gott hat keinen Abfall erschaffen, und weil er mich erschuf, muss ich etwas wert sein.“ Zweitens „Jesus dachte, ich sei so wertvoll, dass er mich liebte und er kam, um für mich zu sterben.“ Auf der Grundlage dieser Beteuerungen kann ich mich selbst gut fühlen und meine Verfehlungen toleranter anschauen. Das Endergebnis? Ich „vergebe mir selbst“, statt dass ich auf mich zornig bin. [\[9\]](#) Das hört sich für viele Menschen plausibel an. Es ist jedoch komplett unangebracht.

Warum sind Menschen zornig auf sich selbst? Erstens haben sie ausnahmslos alle darin versagt, einem bestimmten Standard entsprechend zu leben. Das ist Zorn, ein Urteil für das wahrgenommene Unrecht. Der Standard kann unecht sein – ein Haus, das aussieht wie auf den Seiten von *Schöner Wohnen*; ein hohes Maß an Anständigkeit; in der Lage zu sein, einem unfreundlichen Elternteil zu gefallen; eine vorbildliche stille Zeit haben. Oder der Standard kann richtig sein – Ehebruch begehen, eine Abtreibung vornehmen lassen, Faulheit. In jedem Fall gibt es etwas, von dem ich glaube, dass ich dementsprechend leben müsse. Ich will dementsprechend leben. Aber ich versage. Das ist der erste Teil der Einsicht in mein Selbstverständnis.

Zweitens zieht Zorn immer einen Richter nach sich, weil sie diejenigen sind, die die Urteile fallen. In der Bildsprache des Alten Testaments kann etwas entweder „in meinen Augen“ oder „in deinen Augen“ oder „in den Augen des Herrn“ unangenehm sein. Wessen Augen fällen das Urteil, wenn ich auf mich selbst zornig bin? Meine eigenen. Ich bewerte und mein Urteil ist endgültig. Deswegen ziehen Selbsthasser keine große Zufriedenheit aus den gutgemeinten Versuchen, ihnen zu helfen an Gottes Vergebung in Christus zu glauben. Sie mögen schon glauben, dass Gott ihnen das schmutzige Haus oder die Abtreibung vergeben hat, aber das ist nicht genug: „*Ich kann mir selbst nicht vergeben.*“ Und meine Augen sind das Wichtigste, bedeutender als die Augen Gottes.

Es ist beachtenswert, dass Menschen, die „sich selbst nicht vergeben können“, häufig sich selbst und anderen gefallen wollen. Ich will, dass mein Haus tadellos aussieht, um mir selbst zu gefallen (folglich bin ich unzufrieden mit mir, wenn ich versage) und um meiner Mutter oder meinen Nachbarn zu gefallen oder sie zu beeindrucken. Wenn mein Haus schmutzig ist, verabscheue ich mich selbst. Ich habe auf der ganzen Linie versagt, und ich gefalle mir selbst und anderen nicht. Oder ich lebe nach richtigen Standards (Abtreibung), will aber der falschen Person gefallen. In meinen Augen „kann ich mir selbst nicht vergeben“, eine Abtreibung gehabt zu haben. Wie konnte *ich* so etwas tun? *Ich* muss es wieder wettmachen, oder *ich* muss dafür leiden. Das ist eine große Selbstgerechtigkeit auf allen Seiten der inneren, persönlichen Transaktion: ich spiele gleichzeitig Richter, Angeklagter und Retter, aber ich weiß nichts über die Gerechtigkeit Christi, die das Neue Testament vor Freude jubeln lässt. Typischerweise spielen die Ansichten anderer parallel zu meinen eigenen Ansichten eine Rolle: Ich schäme mich, dass jemand von meiner Abtreibung weiß. Sie könnten schlecht von mir denken. Die Bibel bezeichnet dies als Menschenangst, wobei die gesellschaftliche Meinung einen Ersatz für die Furcht des Herrn bildet. Die Ansichten der Selbsthasser sind oft eine Mischung aus dem, was die Bibel als Stolz und Menschenangst bezeichnet.

Wenn ich drittens den Standard und die Ansichten festlege, die mich verurteilen, schaffe ich auch meine Definition eines „Retters“. Um meinen Fehler wieder gut zu machen und

um meine eigenen Standards (oder die anderer Menschen) zu erfüllen, kann ich mich bemühen und mir Sorgen machen, um Perfektion zu erreichen. Ich arbeite doppelt so hart beim Hausputz. Ich öffne mein Haus für unverheiratete Mütter, und ich diene zwanghaft in der Pro-Leben Bewegung. Aber es funktioniert nicht. Das Haus ist weiterhin schmutzig, und egal wie gut ich bin, die Abtreibung beschmutzt meine Vergangenheit. Ich entscheide mich, weiterhin meinen eigenen Retter zu spielen, indem ich eine perfekte Leistung bringe, was (wenn ich es nur könnte) alles besser machen würde. Aber ich versage. Also hat der Selbsthass immer das letzte Wort. Ich gehe ununterbrochen zurück, um mich selbst zu verurteilen, den Richter und das Opferlamm in einer Rolle zu spielen. Ich verletze mich innerlich. Ich brüte über Bedauern, Selbstanschuldigungen, Selbsthass und der gnadenlosen Selbstanklage für meine Vergehen (eingebildet oder real). Ich bin zornig auf mich selbst. Ich kann mir selbst nicht vergeben.

Biblische Seelsorge muss sich solchen Menschen in allen drei Punkten nähern: bei den Standards, den Ansichten und den Rettern. Sie leben in einer umfassenden Fälschung biblischer Realität, und deswegen sind sie so verwirrt und unglücklich. Nur die Wahrheit kann ihnen Weisheit und Freude bringen. Ihr Ziel ist es, die Realität erneut festzulegen, in der sie leben und zu erklären, wie das Leben durch die Erneuerung des Geistes umgeformt werden kann. Machen Sie zuerst ausfindig, ob die Standards, die die Menschen benutzen, um sich selbst zu beurteilen, die Standards Gottes, ihre eigenen oder von anderen übernommene (wie Mutter oder Nachbarn) sind. Manchmal sind die Standards richtig; vielfach sind die Standards verdreht und können im Licht der Wahrheit in Frage gestellt und verändert werden.

Zweitens, welche Ansichten gelten hauptsächlich? Wessen Anerkennung gilt? Vor meinen eigenen Ansichten bestehen zu können ist ein Ersatz für mein Gottesbewusstsein. Dies ist ein Akt des Stolzes. Vor anderen Menschen bestehen zu können – vor ihrer Anerkennung – ist ein Ersatz für die Bewertung durch Gott. Dies ist ein Akt der Menschenangst. Der Selbsthasser, der erwacht, erwacht zur Realität. Er wird sich seiner Sünden bewusst, was er niemals vermutet hätte, und seines wirklichen Bedürfnisses nach Vergebung.

Drittens, wer ist der vorgeschlagene Retter aus all diesem Chaos und Elend? Schaut die Person auf ihre eigenen Bemühungen, um einen Weg der Perfektion zu finden? Bestraft er sich selbst für die Schuld seines wahrgenommenen Versagens? Jesus Christus allein verleiht uns Perfektion; er allein kann Schuld tragen. Er kann die verschiedenen, vorhandenen Sünden vergeben: echte Vergehen (Ehebruch, Abtreibung, Faulheit), das Vertrauen und den Glauben in falsche Standards (*Schöner Wohnen*), die Entscheidung, vor anderen Ansichten (meinen eigenen oder denen der Mutter) anstatt vor den Ansichten Gottes bestehen zu wollen und das Nachjagen nach einer selbst zu erreichenden Gerechtigkeit als ein falscher Retter. Jesus gibt uns wirkliche Gerechtigkeit – sei eigenes

perfektes Leben – für Menschen, die sündigen. Er gibt wirkliche Vergebung – sein perfektes, eigenes Opfer, um unsere Strafe zu tragen - für Menschen, die sündigen. Er gibt innewohnende Kraft – seinen Heiligen Geist – um unseren Geist zu erneuern, uns Freude zu geben und uns zu verändern. Was für eine Erlösung aus den Schemata der erdrückenden Selbstversunkenheit und Selbstvergebung.

Selbsthasser merken, dass ihre Probleme gelöst werden, wenn sie dies durcharbeiten. Es gibt keine losen Enden in Gottes liebender Wahrheit. Ein Leben für *Schöner Wohnen* tritt als eine unsichere, unbedeutende Torheit in den Hintergrund, aus der Gott mich herrlich erlöst hat. Die Abtreibung ist wirklich vergeben, nicht weil ich Wiedergutmachung geleistet oder mich selbst bestraft habe, sondern weil Jesus einen Sünder geliebt hat. Der Stolz und die Menschenangst, die mich selbst und andere Menschen auf die Bank des Richters gehoben haben, wurden durch die Furcht des Herrn ersetzt, was der Anfang der Weisheit ist. Der gesetzliche Perfektionismus meines Erfolgsstrebens und die Selbstbestrafung meines Zorns werden durch die Dankbarkeit für die Barmherzigkeit Gottes ersetzt. Fall abgeschlossen, kein weiteres „zornig auf mich selbst“, außerdem noch nicht einmal der Hauch von „Ich muss mir selbst vergeben.“

Beachten Sie übrigens auch, wie die falsche Analyse (Zornig auf sich selbst? Sich selbst vergeben) zu einem falschen Evangelium führten, als es geschah, als wir den Zorn auf Gott betrachteten. In dem biblischen Szenario gibt es keinen Hinweis auf die Behauptung: „Du bist aufgrund deiner Schöpfung soviel wert, und die Liebe Jesu zeigt, wie wertvoll du bist, deswegen kannst du dich selbst gut fühlen.“ Die Wahrheit ist, dass uns Schöpfung und Erlösung keinen Grund geben, uns selbst gut zu fühlen. Wir wurden nach dem Bilde des Gottes der Herrlichkeit geschaffen. Nun schauen Sie, wie tief wir gefallen sind: „Die Herzen der Menschensöhne sind voller böser Dinge, und Wahnsinn ist in ihren Herzen, solange sie leben.“ [\[10\]](#) Ein ehrlicher Blick auf unsere Herrlichkeit in der Schöpfung „bringt uns alle zum Schweigen... denn wir haben alle gesündigt und entbehren der Gnade Gottes.“ Ähnlich wurde unsere Erlösung in einer Art gewonnen, die zeigt, wie vollkommen schlecht und hilflos wir sind. Der einzige gute und wertvolle Mensch starb freiwillig für seine ungöttlichen, schwachen, sündhaften Feinde. Diese Tatsachen zeigen wohl kaum einen Grund, sich seiner Selbstannahme und Selbstvergebung sicher zu sein! Gnade zerstört den Selbstwert per definitionem. Der verborgene Stolz, der dem „niedrigen Selbstwertgefühl“ und dem „Zorn auf mich selbst“ innewohnt, wird nicht dadurch geheilt, dass ich mich fälschlicherweise als wertvoll bezeichne. Das biblische Evangelium richtet unsere Aufmerksamkeit auf den Wert Jesu Christi, der die Unwerten und verdienstermaßen Verdammten erlöste. Wieviel besser ist dieses wahre Evangelium, das unseren Bedarf nach Vergebung von Gott (nicht von uns selbst) definiert und sie uns vollständig und frei gibt. Menschen, die die Gnade Gottes erfassen, werden wirklich fröhlich, frei von dem Bedürfnis nach Stützen für ihr wackeliges Selbstkonzept. Eine

richtige, biblische Selbsterkenntnis zerstört das vermeintliche Bedürfnis nach Selbstwertgefühl. Sie bringt die einzigen Menschen auf diesem Planeten mit Gründen für Vertrauen hervor, wenn sie das Leben anpacken.

Die Idee, sich selbst zu vergeben, um den Zorn auf sich selbst zu lösen, leistet tatsächlich einer Kernsünde Vorschub: sie lässt die Menschen weiter mit falschen Ansichten leben – ihren eigenen. „Ich bin zornig auf mich selbst; ich muss mir selbst vergeben.“ Dieses stickige psychische Klosett ist ein ferner Schrei aus der realen Welt, aus deren Fängen uns die Bibel befreien will. Zum Beispiel sagt Paulus in 1. Kor. 4:3-5, dass es egal ist, was andere Menschen über ihn denken: „Mir aber ist's ein Geringes, dass ich von euch gerichtet werde oder von einem menschlichen Gericht“. Er lebt nicht für die Ansichten anderer Menschen. Dann sagt er, dass es keine Rolle spielt, was er über sich selbst denkt. „Auch richte ich mich selbst nicht. Ich bin mir zwar nichts bewusst, aber darin bin ich nicht gerechtfertigt“. Er lebt nicht für seine eigenen Ansichten. Schließlich sagt er: „Der Herr ist's aber, der mich richtet“, und erklärt des weiteren, was es bedeutet, nach den Ansichten Gottes zu leben. Meine Meinung über mich selbst („Bewusstsein“) und Ihre Meinung über mich („Ruf“) spielen keine Rolle, wenn sie mit der Meinung Gottes über mich nicht konform sind. Wenn sie an ihrem Platz bleiben, sind sie extrem wertvoll; sie sind Tyrannen, wenn sie den Thron erobern wollen.

Zorn selbst, wie der Zorn auf Gott, kommt zu einer reichen und zufriedenstellenden Lösung, wenn er richtig verstanden wird und wenn das Evangelium angewendet wird. Der Fälschungen, die den gequälten Menschen häufig angeboten werden, gibt es genug, um die Christen vor Kummer und Zorn weinen zu lassen.

Ein Weg aus dem Zorn

Lassen Sie uns seine positive Richtung einschlagen. Wie können wir die biblische Lehre über den Zorn aufnehmen, damit sie uns hilft, uns zu ändern? Das ist die entscheidende Frage. Alles, was wir bisher betrachtet haben, kann in acht äußerst praktischen Fragen zusammengefasst werden. Die ersten vier Fragen helfen uns, den Zorn zu beurteilen; die zweiten vier führen uns zur Lösung. [\[11\]](#)

Lassen Sie mich als Beispiel eine einfache Situation gebrauchen, die viele (alle?) von uns zornig werden lässt. Sie befinden sich mitten in einem Verkehrsstau und kommen zu spät zu einem wichtigen Treffen. Es ist fünf Minuten vor zwölf. Das Treffen ist für zwölf Uhr angesetzt. Sie stecken über 10 Kilometer entfernt auf der Autobahn fest, der Verkehr hat sich seit zwanzig Minuten nicht mehr bewegt und es gibt keine Anzeichen, dass der Stau sich auflöst. Eine häufige Reaktion? Sie sind aufgelöst – vor Zorn, Enttäuschung, Entrüstung, Bestürzung, Unglück und Anspannung. Wenn Sie das tun, stellen Sie sich selbst diese Fragen.

Frage 1: Was ist die Situation?

Diese Frage ist einfach. Was ist die provozierende Situation? Zorn wird provoziert, hat einen Auslöser, passiert zu Anlässen an besonderen Zeiten und Orten. Was geschieht mit Ihnen? „Ich war nicht versucht, zornig zu sein, bis ich im Verkehrstau stecken blieb und die Uhr zu ticken begann und ich wusste, dass ich zu spät zu meinem Treffen kommen würde.“ Die bedeutsame Situation schließt das Verkehrsministerium mit ein, dass sich entschieden hatte, die Straßenbauarbeiten genau zu dem Moment, bei der Verkehrsdichte, der Uhrzeit, vor Ihrem Treffen, vor der möglichen Reaktion der Person, die auf Sie wartet usw. durchzuführen.

Frage 2: Wie reagiere ich?

Diese Frage ist ebenfalls relativ einfach. Sie soll Ihnen helfen, die besonderen Arten zu identifizieren, auf die Sie sündhaften Zorn ausdrücken. Was geschieht in Ihren Gedanken? Im Geiste verwünschen Sie das Verkehrsministerium. Sie spielen die besorgten, geistigen Szenarien durch, wie Sie am besten die Entschuldigung für jene Person formulieren, die Sie jetzt gerade im Stich lassen. Vielleicht Selbstanklage: „Warum bin ich nicht früher losgefahren oder habe eine andere Route gewählt oder habe auf die Verkehrsnachrichten im Radio geachtet? Was ist, wenn die Person, die ich treffen soll, sich über mich ärgert?“ Wo ist Gott in all dem? Vielleicht habe ich geflucht und seinen Zorn herabgefleht, um meiner Enttäuschung zu dienen. Vielleicht hatte ich den flüchtigen Gedanken, dass „Ich eigentlich hätte sollen... oder ich hätte besser nicht...“, aber das stoppt die Sache nun auch nicht mehr. Vielleicht habe ich zornige Gedanken über Gott gedacht: „Der christliche Glaube funktioniert nicht; Gott ist ein Witz; was soll dieser ganze Mist?“

Körper und Gefühle? Ich fühle mich zornig, gereizt, aufgeheizt. Je länger ich hier sitze, desto mehr fühle ich, wie mir der Dampf zu den Ohren herauskommt. Ich bin nervös. Mein Nacken verspannt sich. Mein Magen ist aufgewühlt. Ich habe Sorge, den Termin zu versäumen.

Handlungen? Ich fahre dicht auf die Stoßstange des Vordermannes auf und lasse nicht zu, dass sich jemand von der Seite dazwischen drängt. Ich schlage mit der Faust auf das Armaturenbrett. Stöhnen, seufzen, zischen. Ich lasse meiner Empörung freien Lauf: „Das kann ich nicht glauben! Das ist lächerlich! Von all den...“ Aggressiv schalte ich das Radio ein und wieder aus. Eine obszöne Geste oder Wort. Ich fahre wie ein Verrückter, sobald der Verkehr wieder in Gang kommt. Ein halb verständlicher Zornesausbruch und Entschuldigungen, wenn ich am Ende zu dem Treffen erscheine.

Diese Ansammlung von Zorn (und einige Angst) ist eine klassische menschliche Reaktion der „Werke des Fleisches“.

Frage #3: Was sind meine Motive?

Ich murre und klage, also treiben mich einige Verlangen und falsche Glaubenshaltungen an. Stellen Sie die grundlegenden Fragen: Was will ich wirklich? Was glaube ich wirklich? Der Zorn kommt aus meinem Herzen; er wird nicht durch die Situation hervorgerufen.

[\[12\]](#) Hier sind einige mögliche Herrscher des Herzens:

- “Ich will dort ankommen, wohin ich gehe, wenn ich dort ankommen will.” Das ist unverfälschter Stolz.
- “Was werden die Leute von mir denken? Ich war schon einmal zu spät.” Menschenangst.
- “Ich will und brauche das Geld, das mir dieses Verkaufsgespräch gebracht hätte” (oder die Heilung, die der Arzt mit Gewissheit in Aussicht gestellt hatte; oder die Liebe, die diese Person mir sicherlich gegeben hätte; oder...). Verschiedene Verlangen („Ich will“) und falsche Glaubenshaltungen („Ich brauche“) in Bezug auf Geld, Medizin und Liebe.

Wenn diese Verlangen (klassisch “die Lüste des Fleisches”) und falschen Glaubenshaltungen mein Leben bestimmen, bringen sie sündhaften Zorn hervor. Falls Gott mein Leben bestimmt, werden diese natürlichen Neigungen nebensächlich. Ich empfinde etwas Enttäuschung, aber ich würde nicht im Sumpf zappeln.

Frage #4: Was sind die Konsequenzen?

Zorn hat Konsequenzen. Er erzeugt Rückkopplungsschleifen, bösartige Kreise. Wenn die Fahrer vielleicht aggressiv drängeln, fahre ich auf den Wagen vor mir auf und bekomme eine Ladung Feindseligkeit seines Fahrers ab, sowie eine Rechnung über \$250, die mir von meiner Autoversicherung abgezogen wird. Vielleicht ernte ich emotionale und körperliche Folgen: Schuld, steigende Sorge und Anspannung, Magenschmerzen und Kopfschmerzen. Manchmal sind die Folgen verhängnisvoll: eine obszöne Geste führt dazu, dass der Beleidigte eine Waffe zieht und schießt. Wenn ich schließlich zu dem Treffen erscheine, bin ich so erhitzt, verärgert, aufgeregt und voller Entschuldigungen, dass ich einen schrecklichen Eindruck hinterlasse und das Verkaufsgespräch verpatze (oder die Freundin verliere). Vielleicht zerstört meine unreife Handlungsweise meinen guten Ruf beim gesamten Personal des Arztes, und sie amüsieren sich anschließend die nächsten zwanzig Minuten köstlich hinter meinem Rücken. „Mein Tag ist ruiniert.“

Die ersten vier Fragen haben die Reaktion des Zornes identifiziert und analysiert. Sie haben die besondere Provokation, die aufgeregten Reaktionen, die darunter liegenden Motive und die Folgen herausgestellt. Wir haben sogar bei diesem winzigen Zwischenfall einen flüchtigen Blick auf die bösartigen Kreise werfen können, die „Sünde und Qual“ definieren. Die nächsten vier Fragen zeigen eine biblische Lösung auf, die durch die

Barmherzigkeit Gottes hervorgerufen wird, der in all das hineinsah, was sich dort während der ganzen Zeit abspielte.

Frage #5: Was ist wahr?

Wer ist Gott? Was sagt er? Viele biblische Themen und Wahrheiten mögen von Bedeutung sein, aber ich will mich auf drei konzentrieren, die immer wichtig sind, wenn wir mit Zorn zu tun haben. Erstens ist Gott anwesend, und er hat die Kontrolle über diese und jede andere Situation. Seine Souveränität umgibt die Dinge, denen ich in Frage #1 begegne. Ich bin nicht dazu bestimmt, die Welt zu kontrollieren, aber das bedeutet nicht, dass diese Welt dem Zufall überlassen und außer Kontrolle ist. Sie werden sündhaften Zorn lösen, wenn Sie lernen zu glauben, dass „Gott wirklich von Bedeutung ist, wenn ich im Verkehrsstau stecke und zu spät komme. Er ist gegenwärtig, und er hat etwas Gutes in meinem Leben als sein Kind vor. Gottes hauptsächlicher Zweck ist es, mich in das Bild Jesu Christi umzugestalten, mich zu einem Menschen zu machen, der langsam zum Zorn und voller Vertrauen ist, der Frieden und keine Zwietracht stiftet. Ich mag die Tatsache nicht, dass mein Treffen kaputt gemacht wird, aber Gott hat mir eine perfekte Möglichkeit gegeben, zu einem anderen Menschen zu werden.“

Zweitens spricht Gottes Gebot durch Ereignisse wie diese. Das Gebot handelt auf zwei Arten, als Spiegel und als Lampe. Erstens hält Gott mir einen Spiegel vor: „Du sollst den Herrn, deinen Gott, lieben von ganzem Herzen, von ganzer Seele und von ganzem Gemüt“ und „Du sollst deinen Nächsten lieben wie dich selbst.“ Das erste große Gebot entblößt mein Herz: Was liebe ich stattdessen? Ich ärgere mich, weil ich meine Art zu leben, menschliche Anerkennung und Geld (oder Gesundheit oder Liebe) geliebt habe. Dieses Gebot beurteilt die Dinge, die ich über mich selbst in Frage #3 herausgefunden habe. Tatsächlich lehrte es mich, solche Fragen zu stellen! Das zweite große Gebot enthüllt meine Früchte. Welche Werke des Fleisches kommen aus den Begierden des Fleisches hervor? Die sündhaften Reaktionen von Frage #2 werden als das bloßgestellt, was sie sind. Ich werde sogar darüber gelehrt, nach welchen Dingen ich durch die Vielzahl der biblischen Beispiele und Unterweisungen, die dieses Gebot beleuchten, Ausschau halten soll. [\[13\]](#)

Gott hält mir das Gesetz auch als Lampe hin, um mich zu führen. Das erste große Gebot befiehlt mir, Gott zu lieben (und ihm zu vertrauen, ihn zu fürchten, auf ihn zu hoffen, mich zu ihm zu wenden...). Ich kann seiner Versorgung in finanziellen Dingen vertrauen (oder für meine Gesundheit, oder meine Freundschaft/Ehe), anstatt nach diesen Dingen zu verlangen. Ich kann ihn dafür lieben, dass er die Klarheit und das Gefühl der Weisheit in eine Situation bringt, die zuvor ein emotionaler Sumpf war. Es sagt mir, wie ich Gott begegnen und ihn kennenlernen kann (Frage #6 unten). Das zweite große Gebot spricht

positiv davon, auf die Interessen anderer Rücksicht zu nehmen. Wie wendet man das an? Ich kann nachsichtig beim Einfädeln sein und jemanden herein lassen. Vielleicht lässt mich die Höflichkeit einen Telefonanruf machen (falls möglich), um die Person, die auf mich wartet, über die Situation zu informieren. Dieses Gebot spricht von Geduld und zahlreichen anderen guten Früchten, die in vielen verschiedenen Lebenssituationen zur Anwendung kommen. Es erinnert mich daran, die Wahrheit zu sagen, wenn ich anderen Menschen erzähle, was passiert ist. Es fordert mich auf, die Weisheit zu erlangen, die ich benötige, um Gottes Willen in dieser konkreten Situation anzuwenden – um 11:55 Uhr, wenn ich in einem Verkehrsstau stecke und zu spät zu einer Verabredung komme (Frage #7 unten).

Drittens spricht Gottes Wahrheit vom Evangelium. Ich wurde davon überführt, diese beiden großen Gebote bei diesem kleinen Vorfall auf der Autobahn verletzt zu haben. Das sind Sünden. Und das Evangelium ist die Brücke zwischen dem Gesetz als Spiegel und dem Gesetz als Lampe, zwischen dem Chaos der Sünde und den Freuden der Weisheit. Das Evangelium vergibt Sünden, bringt mich wieder zu Gott zurück, gibt mir die Kraft anders zu sein und gibt mir eine Hoffnung, die größer ist, als alle Enttäuschungen des Lebens. Gott ist eine gegenwärtige Hilfe in Schwierigkeiten und kann mir die Gnade verleihen, friedevoll und nachsichtig zu handeln, wenn ich aus dem Verkehrsstau herausfahre. Ich kann das unaussprechliche Geschenk der Liebe Gottes wieder erfahren und mich daran erfreuen.

Frage #6: Wie wende ich mich an Gott, um seine Hilfe zu erlangen? Tun Sie es einfach.

Frage #5 zeigte die Weltanschauung, in welcher die Probleme nun einen Sinn machen. Gott wird offenbart, und der Ausweg von der Torheit in die Weisheit wird klar gemacht. Die bloße Analyse jedoch, sogar das klarste Denken (etwas, das die Fragen #1-5 versuchen, hervorzubringen), werden mich nicht ändern. Frage #6 bringt mich in Bewegung. Gott will, dass ich ihn suche, um mit ihm zu verhandeln. Ich muss die Wahrheiten von Frage #5 anwenden und mich zum Beispiel durch die Fragen durcharbeiten, die den gerechten und den sündhaften Zorn charakterisieren. Es ist überflüssig zu erwähnen, dass mein Zorn den ersten Test des gerechten Zorns nicht besteht^[14]: Dieser Verkehrsstau ist kein moralisches Unrecht, das die Kräfte des Zorns erfordert. Mein sündhafter Zorn hat diese Lüge behauptet, da ich den falschen Göttern diene, die in Frage #3 identifiziert werden. Ich muss Buße tun, mich von den Verlangen und den Werken des Fleisches abkehren und zum Herrn des Lebens wenden. Ich muss meine Sünden bekennen, um Vergebung bitten, dem Evangelium glauben, um Weisheit bitten, um zu wissen, wie ich reagiere und um die Kraft, es zu tun. Die Ergebnisse all dessen sind ein klarer Geist, der mit zeigt, wie ich zu der richtigen Einstellung gelange. Ich werde echte Dankbarkeit Gott gegenüber sowie

Zufriedenheit kennenlernen (sogar im Verkehrsstau), was undenkbar gewesen wäre, als ich noch voller Sünde war. Danke Gott, dass du der bist, der du bist, für die Güte deines Evangeliums, die mir gerade hier in meiner Bedürftigkeit begegnete! „Wohl dem Menschen, der Weisheit erlangt, und dem Menschen, der Einsicht gewinnt! Sie ist edler als Perlen, und alles, was du wünschen magst, ist ihr nicht zu vergleichen.“ (Sprüche 3:13,15). Ich erfahre den Segen des Strebens nach Weisheit mehr als meinen eigenen Weg oder als das Beeiducken von Menschen oder das Erhalten von Geld oder die anderen Dinge, die mich in diese Aufregung gebracht haben.

Frage #7: Wie soll ich in dieser Situation reagieren, um Gott zu verherrlichen? Tun Sie es einfach.

Buße und Glaube führen zu konkreten Änderungen im Verhalten, in den Gefühlen und den Gedanken. Gerechtigkeit ist hier genauso wie die Sünden, die in Frage #2 beschrieben werden. Ganz einfach ausgedrückt kann ich einfach nur tief Luft holen und mich entspannen, weil ich darauf vertraue, dass Gott wirklich alles unter Kontrolle hat. Aber Gott hält noch mehr Früchte für mich bereit. Ich werde zu einem nachsichtigen und höflichen Fahrer. Was macht es schon, ob vor mir noch zwei weitere Autos fahren? Ich lasse ein paar Wagen sich einfädeln. Gott hat mich sowohl zu den feindseligen und den konkurrierenden Aspekten des sündhaften Zorns freigesetzt. In dem Verkehrsstau denkt nicht jeder länger immer nur an sich selbst. Ich gebe Gott meinen Dank. Ich plane, was ich der Person sagen werde, die auf mich warten musste: keine ängstliche Entschuldigung oder polternde Verärgerung, nur die bloßen Tatsachen und die Sorge um ihr Wohlergehen. Ich plane, mich für die Unannehmlichkeiten zu entschuldigen. (Ich bitte nicht um Vergebung, das gilt nur, wenn ich gegen jemanden sündige; Entschuldigungen sind für Unglücksfälle. Wenn ich trotz einer Zeitreserve von fünfzehn Minuten immer noch zu spät käme, dann müsste ich wegen meiner Rücksichtslosigkeit um Vergebung bitten.) Was für eine Freude, vom emotionalen Chaos der Sünde frei zu sein. Anstelle dieser Mischung aus Zorn, Angst, Verwirrung und Verstimmung bin ich erfüllt mit dem wohltuenden „Frieden, der das Verstehen übersteigt“ und dem „Geheimnis der Zufriedenheit“, das aus dem lebendigen Licht des Evangeliums kommt. Frage #7 nimmt jeden Aspekt der Situation, die in Frage #1 beschrieben wird, in Angriff, und führt den Willen Gottes in jedem Detail meiner Welt aus.

Frage #8: Was sind die Konsequenzen aus Glauben und Gehorsam?

Wir haben bereits einige der subjektiven Vorteile erwähnt. Mehr objektiv betrachtet wird ein beschädigter Kotflügel oder sogar ein Tötungsdelikt vermieden. Jemand anderer wurde davor bewahrt, in sündhaften Zorn zu fallen oder wegen mir jemanden umzubringen. Und in meiner Ecke der Welt erweisen sich das halbe Dutzend Autos um

mich herum, vielleicht meine Höflichkeit und meine entspannte Reaktion als ansteckend. Frömmigkeit erzeugt angenehme Kreise. Hier schließt sich der Kreis und wir finden, dass Frömmigkeit, obwohl sie die ursprüngliche Situation nicht immer garantiert verändert, oftmals eine gute Auswirkung auf die Welt hat. Vielleicht kann ich doch noch den Verkaufsabschluss tätigen, weil der Geschäftsführer von der Gelassenheit, mit der ich die enttäuschende Situation gehandhabt habe, so beeindruckt ist. Er hat zu viele andere Verkäufer gesehen, die Entschuldigungen hervorsprudelten und dann auch noch auftrumpften. Frömmigkeit fasziniert ihn und zieht ihn an.

Die Möglichkeiten der vielseitigen Segnungen Gottes sind endlos. Statt dass mein Tag ruiniert ist, hat Gott mich von Sünde und Qual befreit, und dies ist vielleicht einer der bedeutendsten Tage in meinem Leben vom Standpunkt des Hineinwachsens in das Bild Christi gesehen. Ich habe gelernt, wie das Leben in Gottes Reich funktioniert. Ich habe gelernt, wie das Evangelium funktioniert. Ich habe in einer sehr kleinen Ecke des Lebens tieferschürfenden Lektionen gelernt. Und wenn ich mich vielleicht mit einem bedrückten, besorgten Freund an diesem Abend am Telefon unterhalte, bin ich in der Lage „auch die zu trösten, die in allerlei Trübsal sind, mit dem Trost, mit dem wir selber getröstet werden von Gott“ (2. Kor. 1:4). Ich habe nicht viel gelitten – die Unannehmlichkeit eines Verkehrsstaus – und er oder sie leidet vielleicht unter einer großen Sache. Aber die Triebkraft des menschlichen Herzens ist identisch: Ich werde die Versuchungen meiner Freunde zum Zorn, zur Angst und zur Verzweiflung verstehen, weil ich meine eigenen verstanden habe. Und ich habe den Ausweg verstanden. Dort hindurch zu gehen, hat mich nicht nur gesegnet, sondern es hat mich fähig gemacht, andere Menschen weise zu beraten.

Ein Verkehrsstau – das ist nur eine kleine Fallstudie. Manche Menschen mögen fragen: „Was hat das mit den bedeutenden Nöten und Provokationen zum Zorn zu tun?“ In der Weise, wie die Bibel Dinge betrachtet, hat alles etwas mit ihnen zu tun. Dieselben Wahrheiten über Gott kommen in der selben Weise zur Anwendung. Sicherlich sind viele Einzelheiten verschieden voneinander. Und die Bibel ist aufrichtig: es gibt Tränen, die nicht abgewischt und Feinde, die nicht aus dem Weg geräumt werden bis zum letzten Tag. Frage #8 schafft keinen Himmel auf Erden. Aber sie schafft einen Geschmack des Himmels, selbst wenn der letzte Feind noch nicht unter die Füße Christi getan wurde. An dem Tag, an dem ich Christus sehe, werde ich vollständig so sein wie er, bis dann schmecke ich in einer geringen Weise die Freude des Himmels während eines Verkehrsstaus, der mich ein wenig mehr wie er sein lässt. Diese acht Fragen richten uns an der christlichen Realität aus, was bedeutet, dass sie uns an der Realität ausrichten! Sie lehren uns über unsere Welt, uns selbst, unseren Gott und wie man leben sollte. Menschen, die Gott lehrt, einen Verkehrsstau zu handhaben, werden auch gelehrt, alles andere zu handhaben.

[Teil 3 dieses Artikels, “Helping Angry People/Zornigen Menschen helfen” konzentriert sich auf den Prozess, zornigen Menschen Seelsorge anzubieten. Er erscheint in der nächsten Ausgabe von *The Journal of Biblical Counseling/Journal der biblischen Seelsorge*, so Gott will. Ist es nicht interessant, wie die letzte Phrase die Leser, den Autor und die Herausgeber vor sündhaftem Zorn bewahren kann, sollte etwas diese Pläne durchkreuzen!].

Übersetzung von Thomas Menz

Englischer Titel: Anger Part 2: Three Lies about Anger and the Transforming Truth

© Christian Counseling & Education Foundation - <https://www.ccef.org>

Übernommen von http://de.gospeltranslations.org/wiki/Zorn_Teil_2:_Drei_L%C3%BCgen_%C3%BCber_den_Zorn_und_die_umgestaltende_Wahrheit