

Mittelfinger - Wut

Gottesdienst-Serie «Handfest beten»



Denn menschlicher Zorn kann niemals
etwas hervorbringen, das in Gottes Augen
gerecht ist.

Jakobus 1,20 (NLB)

Kolosser 3,6&8

Markus 3,5

Epheser 4,26-27

Johannes 14,27

Thema

Wir bewegen uns in der Hand vom Zeigefinger zum Mittelfinger – oft ein Zeichen von Wut. Auch Christen erleben Zorn. Die Bibel beschreibt menschlichen Zorn meist als zerstörerisches Feuer. Paulus sagt in Kolosser 3,8: Ärger, Zorn, Bosheit sollen wir ablegen. Menschlicher Zorn führt oft zu unüberlegten Taten und verschärft das Unrecht.

Gottes Zorn dagegen ist gerecht. Das griechische Wort *ὀργή* beschreibt einen tieftraurigen Zorn über Ungerechtigkeit, der Recht wiederherstellen will. In Jesus zeigt sich dies z. B. beim Ausräumen des Tempels. Gottes Zorn ist ein verzehrendes, aber gerechtes Feuer. Menschlicher Zorn hingegen ist wie ein Kind, das mit einer Kerze spielt – leicht ausser Kontrolle und zerstörerisch.

Was bedeutet das nun in meinem Alltag, wenn ich Dinge erlebe, die mich wütend machen? Epheser 4,26-27 mahnt: „Sündigt nicht, wenn ihr zornig seid, und lasst die Sonne nicht über eurem Zorn untergehen.“ Das bedeutet: Wut erkennen, aber loslassen, bevor sie Schaden anrichtet.

Loslassen heisst: bewusst die Kontrolle abgeben, die Situation Gott überlassen und Frieden empfangen. Wenn du das nächste Mal wütend wirst – sei es im Job, im Strassenverkehr oder zuhause – erinnere dich daran, dass Gottes Gerechtigkeit grösser ist als dein subjektiver Zorn. Gib die „Kerze“ der Wut in Gottes Hände und öffne dich für den Frieden, den er schenkt (Johannes 14,27). So wird Wut nicht zerstörerisch, sondern führt dich zu Gelassenheit und Heilung.

Notizen zum Gottesdienst:

Vom Thema zu dir

-  Wie würdest du deinen eigenen Umgang mit Wut beschreiben?
-  Welche alltäglichen Situationen lösen bei dir am häufigsten Wut aus?
-  Gibt es Momente, in denen du Wut als gerechtfertigt empfindest?
-  Wie unterscheidet die Bibel zwischen göttlichem und menschlichem Zorn?
-  Hast du schon einmal erlebt, dass deine Wut etwas Positives hervorgebracht hat?
-  Was bedeutet für dich „lasst die Sonne nicht über eurem Zorn untergehen“ (Eph 4,26-27)?
-  Hast du Strategien, um spontan aufkommende Wut zu kontrollieren?
-  Inwiefern hilft es, sich bewusst zu machen, dass du nicht das ganze Bild siehst?
-  Wie kannst du lernen, Wut loszulassen, ohne sie zu verdrängen?

Gebetsfokus

- ♥ Danke Gott dafür, dass seine Liebe gerecht ist.
- ♥ Bitte Gott um eine gute Wahrnehmung im Alltag, Wut und Zorn schnell wahrzunehmen.
- ♥ Bitte um die Fähigkeit, deine „Kerze der Wut“ dann loszulassen und Seinen Frieden zu empfangen.

Tiefer graben

- 🕒 Lies für dich persönlich nochmals Kolosser 3,8–9 und Jakobus 1,20. Vergleiche Gottes Zorn und deinen eigenen.
- 🕒 Setze bewusst eine „5-Minuten-Pause“ bei aufkommender Wut ein, bevor du handelst.
- 🕒 Übe dich in Vergebung: Schreibe an jemanden, der dich verletzt hat, ohne den Brief zu verschicken.