

- [Aktuelles](#)
- [Positionen](#)
- [Predigten](#)
- [Kirchenjahr](#)
- [Fundstücke](#)
- [„frisch und frei“ - Kolumnen](#)
- [Himmel und Hashtag](#)



- [Home](#)
- [Tagung 2027](#)
- [Wer wir sind](#)
 - [Wir über uns](#)
- [Was wir tun](#)
- [Mitglied werden](#)
- [Kontakt](#)
 - [Hinweise für Autorinnen und Autoren](#)

Seite wählen

Phänomenologie der Ohnmachtswut

Die Ohnmacht ergreift den Menschen, wenn er sich in seiner Selbstwirksamkeit behindert fühlt. Die Welt erscheint wie ein Käfig aus Stahl, das eigene Leben fühlt sich an wie ein Gefängnis. Das Gefühl ist meist unabhängig davon, ob die Behinderung äußerer oder innerer Natur ist. Es könnte also sein, dass der Mensch äußerlich objektiv in seiner Wirksamkeit eingeschränkt ist, sich jedoch innerlich als frei und wirksam empfindet. Viktor Frankl's Ausführungen in einem KZ sind ein Beispiel dafür. Trotz der totalen Kontrolle fühlte er sich tief im Innern frei. Es könnte jedoch auch genau umgekehrt der Fall sein, dass der Mensch äußerlich kaum eingeschränkt ist, sich jedoch als ein ohnmächtiges Opfer der Umstände empfindet. Die subjektive Interpretation spielt also immer eine Rolle beim Gefühl der Ohnmacht. Die wenigsten Menschen öffnen sich jedoch freiwillig für die kritische Analyse des eigenen Gefühls der Ohnmacht, weil das Gefühl der Ohnmacht eine psychologische Entlastung anbietet. Ich bin ein Opfer der Umstände und kann nichts dafür. In meiner Ohnmacht bin ich von der Verantwortung freigesprochen und muss nicht aktiv die Umstände verändern. Bis zu einem gewissen Punkt fühlt sich die Ohnmacht gut an.

Wenn das Ohnmachtsgefühl sich jedoch verstetigt und der Ohnmächtige Erniedrigung erfährt, dann wandelt sich die Passivität in Aktivität. Dies ist der Augenblick, wenn sich der resignierte Ohnmächtige zum brennenden Ohnmachtswütigen wandelt. Das wissen natürlich auch Psychopathen, die die Massen zu ihren Zwecken mobilisieren wollen. Sie wissen, wie sie das trockene Holz der Ohnmacht anzünden können. Die Erzählstruktur der Ohnmachtswut liegt dem Kommunistischen Manifest zugrunde. Zuerst wird das Proletariat als eine ohnmächtige Masse beschrieben. Dann wird die Klasse der Bourgeoisie zum Sündenbock deklariert. Die Erniedrigung des Proletariats liege demnach primär bei der Täterklasse. Zum Schluss wird die Wut entzündet und eine revolutionäre Anweisung zum gewaltsamen Umsturz gegeben. Hitler's Propaganda bediente sich ebenso der Ohnmachtswut zur Mobilisierung. Die Erzählung einer ohnmächtigen Nation, die von äußeren und inneren Feinden gedemütigt wurde, entzündete das Feuer der Ohnmachtswut. Der Rest ist grauenhafte Geschichte. Die Ohnmachtswut ist der Funke, welcher das Böse im Menschen und in der Gesellschaft anzündet. Ich sehe die Feuer lodern in Paris. Ich sehe die Funken fliegen an

der Bordsteinkante in Berlin-Wedding.

Die wachsende Ohnmachtswut an der Bordsteinkante

Ich beobachte die wachsende Ohnmachtswut bei meinen Freunden, die sich politisch links verorten. Die klassischen Linken sehen die globalen Konzerne als Vampire, die die ohnmächtige Arbeiterklasse aussaugen. Die neomarxistischen Linken konstruieren eine elaborierte Ohnmachtspyramide mit vielen Identitäten. Die Wut über die „zionistisch-kapitalistischen“ Eliten, über die weißen Heteromänner, über die ewigen Täter, sucht sich ihre Projektionsflächen und verschafft ein wohltuendes Gefühl auf der richtigen Seite der Geschichte zu stehen.

Ich beobachte die wachsende Ohnmachtswut bei meinen Freunden, die sich politisch rechts verorten. Sie suhlen sich in ihrer Ohnmacht, weil alle Institutionen, sei es Bildung, Journalismus oder Politik, von linksgrünen Apparatschiks unterwandert seien. Bei meinen konservativen US-amerikanischen Freunden äußert sich die Wut explosiver. Sie plädieren offen für Auge um Auge, Zahn um Zahn Strategie gegen die woken Zerstörer ihrer uramerikanischen Kultur.

Ich beobachte die wachsende Ohnmachtswut bei meinen muslimischen Freunden. Sie trauern dem goldenen islamischen Zeitalter der ersten vier Kalifen nach. Die muslimische Gemeinde befände sich in einem permanenten Krieg zwischen dem Reich des Islam und dem Reich des Krieges. Das Reich des Islam werde ständig durch seine Feinde gedemütigt. Diese Demütigung ereigne sich täglich, allein schon durch die Existenz des Staates Israels. Der Islam sei die beste Religionsgemeinschaft. Dieses Ideal hält jedoch der Wirklichkeit nicht stand und erschafft eine kognitive Dissonanz. Also wird das eigene Versagen kaschiert durch die Projektion des Bösen auf den Anderen, sei es der gottlose Westen oder der hinterhältige Jude. Aus dieser tiefen Kränkung bricht sich Wut breit und Bereitschaft zum Dschihad.

Ich beobachte die wachsende Ohnmachtswut auch bei meinen christlichen Freunden. Sie fühlen sich von allen Seiten angegriffen und marginalisiert. Einige igeln sich in ihrer Wut ein. Dort, wo Christen eine größere Minorität bilden, können sie ihrer Wut auch politischen Ausdruck verleihen. Nicht zu wenige Christen sehen in Trump eine Messias Figur.

Die Ohnmachtswut ist also kein gruppenspezifisches Phänomen. Sie macht nicht Halt vor Religionen oder politischen Überzeugungen. Sie trifft ein jedes Herz. Sie nistet sich ein in einem jeden Herzen, auch in meinem. Ich stellte erstaunlich fest, dass dieses Gefühl schon in der Bibel thematisiert wurde.

Die Ohnmachtswut in der Bibel

Die Psalmen thematisieren das gesamte Spektrum der menschlichen Gefühle. Oft werden diese einfach beschrieben ohne Kommentar. Psalm 137 drückt die Ohnmachtswut wie kein anderer Psalm aus. Der historische Hintergrund ist die Babylonische Gefangenschaft. Eine Eroberung ging einher mit unvorstellbarer Gewalt und Traumatisierung. Die Juden wurde zuerst in ihrer kompletten Ohnmacht dargestellt. Sie haben alles verloren, was ihre Würde ausgemacht hat. Doch an dem Punkt der kompletten Hoffnungslosigkeit werden sie von ihren Peinigern immer weiter erniedrigt. Plötzlich wandelt sich passive Verzweiflung in aktiven Zorn. Der Psalm endet mit der Verfluchung der Täter und dem Wunsch, dass ihre Kinder an den Felsen zerschmettert werden.

Öl ins Feuer gießen

Die Erniedrigung markiert also den Punkt der Verwandlung der bloßen Ohnmacht in Ohnmachtswut. Die Erniedrigung kann auf vielfältige und subtile Weise geschehen. Wenn wir davon ausgehen, dass es echte Täter und Opfer gibt, dann kann die Verleugnung des Unrechts als Erniedrigung empfunden werden. Die Opfer fühlen sich zum zweiten Mal missbraucht, wenn ihre Stimme nicht gehört wird. Wenn die Minderheiten zu Sündenböcken erklärt werden, kann sich auch Ohnmachtswut entzünden. Rene Girard hat eindrücklich demonstriert, dass das Sündenbockmechanismus eine entlastende Funktion für inhärentes Potential der Gewalt in einer jeden Gesellschaft besitzt. Doch manchmal lässt sich die Sündenbockminderheit nicht einfach abschlagen. Sie gewinnt Widertand durch ihre Wut und schlägt zurück. Ein anderer Weg, um die Wut zu entzünden, ist es eine Gruppe zu pathologisieren oder Ekel vor ihr hervorzurufen. Weil Ekel ein tief verankertes evolutionsbiologisches Gefühl ist, führt es zu einer starker reaktiver Spaltung. Der Ekel triggert Flucht oder Vernichtung. Manchmal kommt die Zündung hin zur Ohnmachtswut auch nicht von außen, sondern ist schon in der narrativen Struktur einer Weltanschauung angelegt. Insbesondere in der manichäischen Erzählung, in der Aufteilung der Welt zwischen der guten eigenen Gruppe und dem bösen Rest, verbinden sich die Ohnmacht und Wut zu einer explosiven Mischung. Die Wut wird zu einem selbstzerstörerischen Mechanismus. Sind wir der Ohnmachtswut hilflos ausgeliefert oder gibt es Wege zu ihrer Verwandlung?

Die Metamorphose der Ohnmachtswut

Als erstes wäre es hilfreich die Ohnmacht des Anderen nicht über die Klippe hin zur Wut zu stoßen. Wir müssen das geschehene Unrecht anerkennen. Wir dürfen keine Gruppe, auch die nicht, die wir nicht mögen, zu Sündenböcken erklären. Wir dürfen nicht pathologisieren und aufpassen, dass wir nicht in den Ekeldiskurs einsteigen. Wir müssen bei uns selbst und bei dem anderen manichäischen Muster entlarven, die uns permanent in der Ohnmacht gefangen halten und zur Projektion des eigenen Bösen auf den Anderen verführen. Die Kirche soll dabei besonders selbstkritisch mit sich selbst ins Gericht gehen.

Als zweites müssen wir die Ohnmacht anerkennen. Auch wenn sich das Opfer-Täter Verhältnis nie so eindeutig präsentiert wie manichäische Mythen suggerieren, gibt es echtes Unrecht. Und wenn dies nicht anerkannt wird, können Opfer durch die Ohnmachtswut zu Tätern werden. Die Rachegelüste können, wenn man nur lange genug in ihnen mariniert, können sich auch in Taten verwandeln.

Die negativen und positiven ethischen Imperative appellieren an den menschlichen Willen. Die Fluten der Ohnmachtswut brechen jedoch durch jegliche Vernunftapelle. Die biblische Ethik reicht viel tiefer als humanistische Ethik, die an das Gefühl und Konsens abzielt. Wenn jedoch die Gefühle überflutet sind von Zorn und Rache, wenn jeglicher Konsens der scheinbar Anständigen zerbrochen ist, dann erscheint der Humanismus als ein Feigenblatt, welcher nur für die Schönwetterlagen taugt. Die biblische Ethik beginnt mit einem wirksamen Gott, der den Menschen von innen verändert. Nur im Gegenüber hin zum allmächtigen und liebenden Gott kann die Ohnmachtswut verwandelt werden.

In der Beichte darf der Mensch seine dunkelsten Empfindungen vor Gott ausschütten. Nichts ist ihm fremd. Gott kennt die schlimmsten Abgründe. Die Rachepsalmen haben ihren berechtigten Platz. Erst durch das Auskotzen wird die Erleichterung spürbar. Doch der Mensch bleibt nicht leer. Im Vakuum hausen die Dämonen. Durch die Eucharistie ereignet sich die Identifikation Gottes mit dem Menschen. Jesus durchlebte die tiefste Ohnmacht. Aber er widerstand der Versuchung hin zur Ohnmachtswut und Gewalt. Durch die Imitatio Christi wird der Christ vergöttlicht. Durch die Eucharistie wird er gefüllt mit Liebe. Der Gläubige wird durch die Sakramente in das ursprüngliche

Ebenbild Gottes durch Christus verwandelt. Der Mensch wird, was er ursprünglich aus Gottes Perspektive war und sein wird. Doch ist dieser Prozess auch ein Ringen und ein Kampf. Die Verwandlung erfordert eine kontinuierliche Erinnerung und Entscheidung. Die Gemeinschaft mit Gott ereignet sich durch Christus und seinen Körper – die Kirche. Für diese Metamorphose schickt Jesus den Heiligen Geist, der in einem jeden Christen wirkt. Der Heilige Geist erinnert an den ohnmächtigen und siegreichen Jesus. Jesus in Offenbarung erscheint sowohl als Lamm als auch als Richter, aus dessen Mund das Schwert ausgeht. Nur durch diese Hoffnung lässt sich die Ohnmacht aushalten. Sie erliegt nicht der blinden Wut, sondern vertraut darauf, dass Jesus am Ende der Zeiten das Böse komplett vernichten wird.

Je mehr die Funken an der Bordsteinkante fliegen und die Welt anzünden, je wilder die Feuer wüten, desto größer wächst die Sehnsucht nach einer Verwandlung der Ohnmachtswut. Manichäische Ideologien verbrennen die Welt. Nur die Kirche besitzt die sakramentale Salbe zur Heilung meiner verbrannten Stadt. Als Verbrannter befinde ich mich im Heilungsprozess. Jeder, der das Brennen der Ohnmachtswut spürt, darf zu diesem Arzt kommen. Es gibt Heilungshoffnung für mich und meine Freunde an der Weddinger Bordsteinkante.

Forum Kirche & Theologie e. V.

Sitz: Leipzig, VR-Nr. 8021

Funkenburgstraße 27
04109 Leipzig
info@forumkth.net

IBAN: DE47 8605 5592 1090 3536 65 BIC: WELADE8LXXX Sparkasse Leipzig

[Impressum/Datenschutz](#)