

# Blinde Wut

Vor kurzem wurde unsere Wohnstraße zur Fußgängerzone umgestaltet. Zusätzliche Bäume wurden gepflanzt, hübsche Blumenbeete angelegt und gemütliche Sitzgelegenheiten geschaffen. Schon vorher herrschte in der schmalen Gasse nicht viel Verkehr; nun aber ist die Ein- und Durchfahrt nur noch zum Be- und Entladen innerhalb eines engen Zeitfensters erlaubt. Noch hat sich die neue Regelung nicht ganz herumgesprochen, weshalb mehrmals täglich Autofahrer meist im Schrittempo unser Sträßchen durchqueren. Die meisten sind überrascht, wenn man sie freundlich darauf hinweist, dass sie durch eine Fußgängerzone fahren. Die Beschilderung ist unauffällig und ältere Navigationssysteme lotsen Wegsuchende fälschlicherweise in die gesperrte Zone. So weit, so unspektakulär. Auffallend hingegen sind Reaktionen von Anrainern und Passantinnen. Vor unserer Haustür spielen sich Szenen ab, von denen ich oft kaum glauben kann, dass sie unter Erwachsenen in einer zivilisierten Großstadt möglich sind. Männer stellen sich in ihrer ganzen Leibesfülle mitten auf die Straße und zwingen verdutzte Autofahrer, sich in gefährlichen Fahrmanövern rückwärts aus der Gasse heraus zu tasten. Andere springen mit gezückten Smartphones wie Paparazzi aus Restaurants, um Autokennzeichen zu fotografieren und die Sünder bei der Verkehrsüberwachung anzuzeigen. Stauend verfolgte ich gar eine handfeste Prügelei, bei der einer der Kontrahenten zu Boden ging und die herbeigerufene Polizei eingreifen musste. Was geht da vor sich?

An solchem Verhalten lässt sich die von dem amerikanischen Autor Don Beck auf der Grundlage entwicklungspsychologischer Modelle beschriebene „Spiraldynamik“ beobachten. Danach durchlaufen wir Menschen kollektiv und individuell verschiedene Bewusstseinsstufen: archaisch, magisch, egozentrisch, autoritär, wissenschaftlich, egalitär-vernetzt, systemisch-integrativ, holistisch.

Wenn uns etwas quer läuft, beziehungsweise ein wunder Punkt in uns getriggert wird, rutschen wir auf dieser Entwicklungsspirale in Windeseile eine oder mehrere Stufen nach unten. Im konkreten Beispiel: Menschen, die im Normalfall auf der Bewusstseinsstufe eines wissenschaftlich-leistungsorientierten Weltbildes stehen, können durch den Ärger über das Fehlverhalten eines anderen zurückfallen in ein autoritäres Bewusstsein, in dem ausschließlich Normen und Regeln zählen und kein Spielraum bleibt für Nachsicht und Geduld. Schlimmstenfalls ist der Reiz so stark, dass man noch weiter abrutscht in ein egozentrisches Weltbild, in dem das Recht des Stärkeren zählt, der mit brachialer Gewalt seine Interessen durchsetzt. Von außen betrachtet erscheint die Dynamik sonnenklar; erwischt es uns allerdings selbst an einem Triggerpunkt, bemerken wir möglicherweise die eigene überschießende Reaktion nicht. Nicht umsonst spricht man von „blinder Wut“. Wir alle kennen in uns schlummernde heftige Gefühle, die urplötzlich und durch scheinbar nichtige Anlässe aufgeweckt werden. Wichtig ist, sie wahrzunehmen und anzuerkennen. Keinesfalls aber dürfen wir sie ungehindert ausleben und am Nächsten auslassen, der uns in die Quere kommt. Auf der Mikroebene mögen durch ungezügelter Wut und Aggression nur unwürdige Schauspiele entstehen. Auf der Makroebene sind sie Nährboden für schwere Konflikte und Kriege mit all dem daraus resultierenden Leid. Als vernunftbegabte Wesen müssen wir lernen, bewusst mit unseren Gefühlen umzugehen und, wenn dies einmal misslingt, auf der Entwicklungsspirale rasch wieder nach oben zu klettern.



CLAUDIA MÖNIUS

studierte Sprachen, Wirtschafts- und Kulturraumstudien an der Universität Passau. Sie ist Beraterin und Buchautorin und lebt bei Nürnberg und in Wien.

[www.mutmacherei.de](http://www.mutmacherei.de)