



Wut und Zorn

von 'Billy' Eduard Albert Meier
22. Juni 2011

Wut und Zorn werden im Volksmund einander infolge Unverstehens oft gleichgesetzt, doch handelt es sich dabei um zwei grundsätzlich verschiedene Faktoren, die auch verschiedene Anzeichen und Wirkungen haben. Und es muss auch klar sein, dass Wut nicht mit Wut und Zorn nicht mit Zorn bekämpft und überwunden werden kann. Wird aber in bezug auf Wut und Zorn trotzdem versucht, Gleiches mit Gleichem zu bekämpfen, dann zeitigt das üblicherweise sehr verheerende Folgen. Wut und Zorn sind also niemals ein Mittel, um Wut und Zorn zu bekämpfen, denn wahrheitlich wird alles verschlimmert und unaufhaltsam weiter gesteigert, bis hin zur zerstörenden Explosion. Also ist es notwendig, Wut und Zorn unter Kontrolle zu bringen, sie zu beherrschen und eine gegenteilige Haltung und Verhaltensweise einzunehmen. Dies erfordert jedoch viel Geduld, Mitgefühl und Toleranz, und nur diese hohen Verhaltenswerte gewährleisten, dass Wut und Zorn unter Kontrolle gebracht und beherrscht werden können, woraus dann auch wahrer Frieden und Harmonie hervorgehen. Wird in dieser Weise der Wut oder dem Zorn eines Menschen begegnet, dann kann allein diese Art gewährleisten, dass sich dessen Wut oder Zorn allmählich besänftigt und abnimmt. Was muss nun aber in bezug auf Wut und Zorn und deren Unterschied verstanden werden?

Wut ist in ihrer Definition ein heftiger, unbeherrschter und bis zur Raserei führender Ausbruch von unkontrollierten wilden Gedanken und deren Gefühlen sowie der Emotionen. Die Emotionen dürfen dabei nicht mit den Gefühlen gleichgesetzt werden, denn dabei handelt es sich um zwei grundverschiedene Dinge, wobei aus lange gepflegten falschen Gedanken und Gefühlen sich erst Emotionen entwickeln, die dann bei jeder passenden und unpassenden Gelegenheit durchbrechen und zur Geltung kommen. Wut ist also

Anger and Rage

by 'Billy' Eduard Albert Meier
June 22nd 2011

Due to misunderstanding, popularly, anger and rage are often put on the same level as each other, however, it thereby concerns two fundamentally different factors, which also have different manifestations and effects. And it must also be clear that anger cannot be fought and overcome with anger, and rage not with rage. However, if in regard to anger and rage an attempt is nonetheless made to fight like with the like, then this usually leads to very devastating results. Anger and rage are therefore never a means to fight anger and rage, because truthfully everything is aggravated and incessantly further increased, up to the destructive explosion. Thus, it is necessary to bring anger and rage under control, to contain them and to take on an opposite attitude and behaviour pattern. However, this requires much patience, feeling for others and tolerance, and only these high behavioural values guarantee that anger and rage can be brought under control and be contained, as a result of which true peace and harmony can also come forth. If the anger or the rage of a human being is responded to in this manner, then this alone can guarantee that his/her anger or rage calms down bit by bit and decreases. However, what is to be understood in regard to anger and rage and the difference between them?

By definition, anger is a violent, uncontained outburst - leading right up to a fury - of uncontrolled, wild thoughts and their feelings as well as the emotions. Thereby the emotions must not be equated with the feelings, because they are two entirely different things, whereby it is from wrong thoughts and feelings - which have been maintained for a time - that emotions first develop, and which then break through and come to the fore at every appropriate and inappropriate opportunity. Thus, anger is conditioned emotionally and is



emotional bedingt und wird hervorgerufen, wenn durch irgendwelche Vorkommnisse, Worte, Reden, Handlungen, Taten, Schaden oder Verlust usw., Ärger in Erscheinung tritt. Die Wut bringt sich durch eine verzerrte Miene, Wutröte im Gesicht sowie durch böse und unbeherrschte Worte, durch unkontrollierte Gestikulation und oft sehr schwerwiegende Taten und Raserei zum Ausdruck. Bei einem Wutzustand wird von einer aufgetauten, von einer dumpfen, brüllenden, brennenden, heillosen und von einer heulenden oder sinnlosen, von einer rasenden, wilden, irren, besinnungslosen, hineingefressenen, tobenden, von einer geifernden, schäumenden oder kochenden Wut usw. gesprochen. Zu nennen ist auch die Berserkerwut, die in der Regel in einer rasenden Wütere und manchmal auch in einer Wutversessenheit ausartet, was oft auch mit einem Wutgeheul und mit Schaum vor dem Mund verbunden ist.

Zorn wird als heftiger, leidenschaftlicher Unwille über etwas definiert, das von einem Menschen als böses Unrecht empfunden wird oder was seinem Willen oder seinen Wünschen zuwiderläuft. In dieser Weise wird der Zorn als verschiedene Formen verstanden und auch verschiedenartig bezeichnet, wie flammender, gerechter, heller, «heiliger», ohnmächtiger, brennender, packender oder lodernder Zorn usw. Bei Zorn steigt die Zornesröte ins Gesicht, und wenn er ausartet, dann wird von einem Zornschnauben geredet. Zorn kann durch Ärger, Erregung sowie durch Blicke, Worte, Handlungen und Taten entstehen, wie aber auch durch irgendwelche Geschehen und Situationen usw., wobei jedoch bei der Entstehung des Zorns ausnahmslos die Gedanken und deren Gefühle ausser Kontrolle geraten und den Emotionen freier Lauf gelassen wird. Für Zorn kann bei manchen Menschen auch eine Neigung bestehen, woraus dann eine Zorn-Psychopathie entstehen kann.

Bestehen irgendwelche Probleme in der Familie, unter Freunden, Bekannten, Nachbarn, im Zusammenhang mit der Arbeit, den Behörden und

brought about when vexation appears through any incidents, words, discourse, deeds, actions, damage, or loss and so on. The anger expresses itself through a distorted facial expression, angry redness in the face as well as through malicious and uncontrolled words, through uncontrolled gesticulation and often very serious actions and fury. When referring to an anger-state, that which is spoken of is a pent-up, dull, roaring, burning, dignityless anger and a howling or senseless, raving, wild, delusional, unconscious, churning, blustering, drooling, frothing or boiling anger, and so on. Also to be mentioned is the 'going berserk' anger, which as a rule gets very badly out of the control of the good human nature into a frenzied, enduring anger and sometimes also into an anger madness, which is often also associated with a furious howling and with froth around the mouth.

Rage is defined as a violent, passionate indignation about something, which is perceived by a human being as an evil unright, or which runs counter to his/her will or his/her wishes. In this manner the rage is understood to have different forms and is also diversely labelled as flaming, righteous, sheer, helpless, burning, gripping, or blazing rage and so on. During rage the rage redness rises to the face, and if it gets badly out of the control of the good human nature, one talks of 'snorting with rage'. Rage can emerge from vexation, agitation as well as from glances, words, deeds and actions, however, also from any events and situations and so forth, whereby however, without exception, during the emergence of the rage the thoughts and their feelings get out of control and the emotions are allowed to run free. For some human beings a predisposition for rage can also exist, from which then a rage-psychopathy can originate.

If any kind of problems exist within the family, amongst friends, acquaintances, neighbours, in connection with the work, the authorities and



FIGU STUDIENGRUPPE USA

IMPORTANT INFORMATION REGARDING TRANSLATIONS

ORIGINAL GERMAN SOURCE

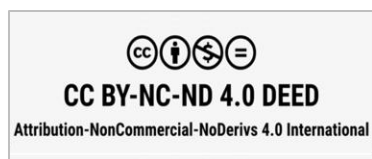


Regierungen, mit Organisationen oder in bezug auf das Weltgeschehen, das Geld usw. usf., dann können diese nicht mit Wut und Zorn, wie auch nicht mit Hass und mit Rachegebaren angegangen werden. Sind die Probleme speziell auf Menschen bezogen, dann muss diesen mit Liebe und Mitgefühl sowie mit Güte, Würde und Friedfertigkeit gegenübergetreten werden, nicht jedoch mit Wut, Zorn und Hass, nicht mit Drohungen und nicht mit irgendwelchen Waffen. All diese Unwerte richten ungeheuren Schaden an und rufen nicht selten lebenslange Streitereien, Mord und Totschlag sowie gar Kriege hervor. Der Auslöser dafür liegt immer und einzig und allein im menschlichen Entscheidungsvermögen und im Verhalten des Menschen, denn er allein bestimmt mit seinen Gedanken und Gefühlen darüber, was sein soll und sein wird und was nicht sein soll und nicht sein wird. Die volle Verantwortung für alles und jedes liegt also allein in des Menschen Entscheidungen und Handlungen. Und wird diesen auf den Grund gegangen, dann findet sich das Motiv dazu einzig und allein im menschlichen Bewusstsein resp. in den Gedanken und deren Gefühlen sowie in den daraus resultierenden Verhaltensweisen. Das aber bedeutet, dass zunächst in allererster Linie das Bewusstsein und dessen Gedanken sowie die aus diesen hervorgehenden Gefühle kontrolliert und in die richtigen Bahnen gelenkt werden müssen. Dabei ist nicht eine Kontrolle des Bewusstseins sowie der Gedanken und Gefühle im Sinn einer tiefen Meditation gemeint, sondern einzig die Kontrolle des Verstandes und der Vernunft. Durch diese nämlich kann ein Zurückdrängen von Wut oder Zorn dadurch gewährleistet werden, indem bewusst eine angemessene Hochachtung vor den Rechten des Mitmenschen und das Verständnis für ihn geschaffen wird und er in Gleichheit und Gleichwertigkeit geachtet wird.

Es ist eine unbestreitbare Tatsache, dass Wut und Zorn nicht froh und nicht glücklich machen und weder Liebe, Freiheit noch Frieden und auch keine Harmonie erschaffen, sondern gegenteilig alle diese

governments, with organizations or in regard to the world affairs, the money and so on and so forth, then these cannot be tackled with anger and rage, and also not with hatred and with revenge behaviour. If the problems are specifically related to human beings, then they must be met with love and feeling for others as well as with kind-heartedness, dignity and peaceableness; not however, with anger, rage, and hatred, not with threats and not with any kind of weapons. All these unvalues cause immense damage and frequently cause lifelong quarrelling, murder, and manslaughter and even wars. The trigger for it always and solely lies in the human being's capacity to decide and in the behaviour of the human being, because he/she alone, with his/her thoughts and feelings, determines what shall be and will be and what shall not be and will not be. Thus, the full responsibility for anything and everything lies in the human being's decisions and deeds alone. And once these are thoroughly looked into, the motive for that is found exclusively in the human consciousness, that is to say, in the thoughts and their feelings as well as in the behaviour patterns resulting from them. However, this means that first and foremost the consciousness and its thoughts as well as the feelings coming forth from them, must be controlled and guided onto the right tracks. This does not mean a control of the consciousness as well as the thoughts and feelings in the sense of a deep meditation, rather only the control of the intellect and the rationality. Through this namely a forcing back of anger or rage can thereby be guaranteed by consciously creating an adequate high regard for the rights of the fellow human being and the understanding for him/her and by esteeming him/her in equality and equal value.

It is an undisputable fact that anger and rage do not make one glad and happy and they create neither love, freedom nor peace and also no harmony, but to the contrary they make all these high values



2025 FIGU STUDIENGRUPPE USA / English Translator: Marilyn Kopczyk / This is an authorized translation of a FIGU publication. This translation contains errors due to the insurmountable language differences between German and English. The British-English language has been specifically elected by the Plejaren as being the most suitable English language variation for the translation of all German FIGU publications. Where not specified otherwise, this work is licensed under a [Creative Commons Licence 4.0](https://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/4.0/) to which non-commercial use is expressly permitted without further permission of the copyright holder.



hohen Werte unmöglich machen. Wird alles negativ, ungut oder böse und angriffig in Erscheinung tretend verständig und vernünftig bedacht und allem Liebe, Güte, Mitgefühl und Würde sowie Ruhe und Friedlichkeit entgegengebracht, dann wird das Bewusstsein ebenso besänftigt wie auch die Gedanken und deren Gefühle, was auch eine beruhigende Wirkung auf die Psyche bewirkt. Tatsächlich möchte kein Mensch Wut oder Zorn, weder in sich selbst noch bei den Mitmenschen, denn Liebe, Frieden, Freiheit und Harmonie sind die Grundwerte des inneren und natürlich gegebenen Wesens. Niemand strebt nach bewusstseinsmässiger Unruhe, nach Wut oder Zorn; doch durch Unkenntnis und Nichtgebrauch des Verstandes und der Vernunft sowie durch Selbstsucht, Egoismus und Nichtbefolgen der schöpferisch-natürlichen Gesetze und Gebote usw. treten sie dennoch in Erscheinung. So entstehen durch die Macht der Nichtbefolgung und der Unkenntnis in Bezug auf die Gesetze und Gebote schlechte Gedanken und Gefühle, schlechte Haltungen, Verhaltensweisen und Niedergeschlagenheit usw., wodurch der Weg zu Wut oder Zorn geebnet und freigemacht wird. Genau durch Wut und Zorn verliert der Mensch dann eine seiner besten und von Natur aus gegebenen Fähigkeiten, nämlich seine gesunde Urteilskraft. Im Gegensatz zu den Tieren und dem Getier allgemein hat der bewusstseinsmässig gesunde Mensch ein gut funktionierendes Gehirn, das ihm erlaubt zu beurteilen, was Recht und was Unrecht ist. Und das vermag er nicht nur zu tun für den Moment der Gegenwart, sondern auch in Bezug auf die Vergangenheit und die gesamte Zukunft. So vermag er, ohne dass er heillos ist, mit seinem klaren Verstand zu beurteilen, was richtig und was falsch ist, ob die eine oder andere Ursache zu welcher Wirkung führt und ob das eine oder andere Wort, jene Methode oder diese oder jene Handlung oder Tat zu diesem oder jenem Ergebnis führt. Ist aber das Bewusstsein von Wut oder Zorn ergriffen, dann spielen die Gedanken und deren Gefühle verrückt, und genau dadurch verliert der Mensch seine

impossible. If everything negative, ungood or evil and aggressive which appears, is considered intellectually and rationally and everything is shown love, kind-heartedness, feeling for others and dignity as well as calmness and peacefulness, then the consciousness is calmed just as much as the thoughts and their feelings, which also brings forth a calming effect on the psyche. Indeed, no human being would like anger or rage, neither in himself/herself nor among fellow human beings, because love, peace, freedom, and harmony are the basic values of the inner nature, which is naturally given. Nobody strives for consciousness-based unrest, for anger or rage; however, through unknowledge and non-use of the intellect and the rationality as well as through selfishness, egoism and non-compliance with the creational-natural laws and recommendations and so on, they nevertheless appear. Thus, through the might of the non-compliance and the unknowledge concerning the laws and recommendations, bad thoughts and feelings, bad attitudes, behaviour patterns and dejection and so forth ensue, whereby the way is paved and cleared for anger or rage. Exactly through anger and rage the human being loses one of his/her best, and naturally given abilities; namely his/her healthy discernment. In contrast to the animals and the creatures in general, the human being with a healthy consciousness has a well-functioning brain, which allows him/her to evaluate what is right and what is wrong. And he/she is not only able to do this for the present moment, rather also with regard to the past and the entire future. Thus he/she, without being clear-sighted, is able to evaluate with his/her clear intellect what is right and what is wrong, whether one cause or other leads to which effect and whether one word or another, this or that method or that deed or action leads to this or that result. However, if the consciousness is seized by anger or rage, then the thoughts and their feelings play up, and exactly thereby the human being loses his/her discernment. And once it gets lost, then this is not only sad, rather also dangerous, because



Urteilstkraft. Und geht diese verloren, dann ist das nicht nur traurig, sondern auch gefährlich, denn in Wut oder Zorn geraten bedeutet, dass in mancherlei Hinsicht sehr viel Schaden und Unheil angerichtet wird. Das Bewusstsein, die Gedanken und deren Gefühle sowie die Psyche des Menschen sind unvollständig, folglich müssen sie zum Guten und Rechtschaffenen geschult werden, was nur durch eine bewusste Nutzung von Verstand und Vernunft möglich ist.

Da der Mensch nun einmal Mensch und von einem physischen Körper abhängig ist, muss er seine Bewusstseinsfähigkeit des Urteilsvermögens bewahren und lernen, um in jeder Beziehung richtig zu entscheiden und zu handeln. Hierzu ist er selbst verantwortlich mit seinem Selbstbewusstsein und mit seiner Selbstpflege und mit der Erkenntnis der negativen, bösen und schlimmen Folgen der Wut und des Zorns sowie der guten, wertvollen und positiven Wirkungen der Liebe, Güte, Würde und des Mitgefühls. Wenn sich der Mensch das immer wieder klarmacht, wird er das Ganze schliesslich verstehen und danach handeln und damit auch sein Bewusstsein kontrollieren. So kommt er mit klarem Verstand, Vernunft und mit klarem Bewusstsein und mit ebenso klaren Gedanken und Gefühlen dazu, dass er alles kontrollieren und zum Besten nutzen kann.

Jeder Mensch braucht den Frieden, die Freiheit und die Harmonie seines Bewusstseins, wobei es sich nur fragt, ob er diese hohen Werte besitzt oder ob er sie sich zuerst erarbeiten muss, und wenn ja, wie ihm das möglich ist. Durch Wut oder Zorn ist dies unmöglich, durch Mitgefühl, Liebe, Frieden und Güte sowie durch Würde, Ehrlichkeit, Freiheit, Harmonie und bewusstes Nutzen des Verstandes und der Vernunft kann jedoch der individuelle Bewusstseinsfrieden erlangt werden. Wird dieser erreicht, dann ist das Ergebnis eine grosse Selbstzufriedenheit, Freude und inneres Glück, eine friedliche Familie, Frieden mit den Freunden,

flying into anger or rage means that in many respects very much damage and terribleness is caused. The consciousness, the thoughts, and their feelings as well as the psyche of the human being are incomplete, consequently they must be trained to be good and righteous, which is possible only through a conscious use of intellect and rationality.

Since the human being is in fact a human being and is dependent on a physical body, he/she must preserve his/her consciousness-ability of discernment and learn in order to correctly decide and act in every respect. He/she is responsible for this with his/her self-consciousness and with his/her self-care and with the recognition of the negative, evil, and bad results of the anger and the rage, as well as the good, valuable and positive effects of the love, kind-heartedness, dignity and the feeling for others. If the human being makes this clear to himself/herself again and again, he/she will finally understand the whole thing, and act accordingly and therewith also control his/her consciousness. Thus, with a clear intellect, rationality and with a clear consciousness and with equally clear thoughts and feelings, he/she reaches the point that he/she can control everything and use it for the best.

Every human being needs the peace, the freedom, and the harmony of his/her consciousness, whereby the only question is, whether he/she possesses these high values or whether he/she must first create them for himself/herself, and if so, how is this possible for him/her. Through anger or rage this is impossible, however, through feeling for others, love, peace, and kind-heartedness as well as through dignity, honesty, freedom, harmony and conscious use of the intellect and the rationality, the individual peace of consciousness can be attained. Once this is achieved, then the result is a great self-satisfaction, joy and inner happiness, a peaceful



FIGU STUDIENGRUPPE USA

IMPORTANT INFORMATION REGARDING TRANSLATIONS

ORIGINAL GERMAN SOURCE



Bekannten und den Mitmenschen allgemein, wie in allem aber auch Freiheit, Liebe und Harmonie, und zwar fernab von jedem Streit, von Hass und Rache- sowie Vergeltungsdrang. Wird das Ganze auf die gesamt menschliche und politische sowie wirtschaftliche Ebene erweitert, dann können daraus gute Verhaltensweisen, gegenseitige Hochachtung, Haltungen sowie Harmonie, Frieden und Freiheit entstehen, wie aber auch eine Motivation, aus der eine ganz menschheitliche Einheit und eine sehr wertvolle Zusammenarbeit entstehen, wodurch ungeheuer viele Probleme gelöst werden können.

family, peace with friends, acquaintances, and fellow human beings in general, however, also freedom, love and harmony in everything, in fact far away from every quarrel, from hatred and the urge for revenge as well as the urge for retaliation. If the whole thing is extended to the entire human and political as well as economic level, then good behaviour patterns, high regard for one another, bearing as well as harmony, peace and freedom can result from it, just as well as a motivation, from which a oneness consisting of the entire humankind results, as does a very valuable cooperation, whereby an enormous number of problems can be solved.



2025 FIGU STUDIENGRUPPE USA / English Translator: Marilyn Kopczyk / This is an authorized translation of a FIGU publication. This translation contains errors due to the insurmountable language differences between German and English. The British-English language has been specifically elected by the Plejaren as being the most suitable English language variation for the translation of all German FIGU publications. Where not specified otherwise, this work is licensed under a [Creative Commons Licence 4.0](https://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/4.0/) to which non-commercial use is expressly permitted without further permission of the copyright holder.