



Freitag, 08. Mai 2026, 15:00 Uhr  
~5 Minuten Lesezeit

# Die Wutsuche

Zornig zu werden, hat oft nichts mit destruktiver Aggressivität zu tun — vielmehr deutet dieses Gefühl auf die klare Wahrnehmung einer Schiefelage hin, die zur Veränderung ansteht.

von Tamàs Török

Bild: Collage mit Foto von Shutterstock.com (pathdoc, Fordelse Stock)

*Tamàs Török, eine neue Stimme bei Manova, führt in die innersten Gänge und Winkel des Wesens, das Mensch genannt wird. Auf der Suche nach dem, was*

*Wut ist, legt der Text das Licht frei, das uns – für wie kurz oder lange auch immer – sehen lässt. In Zeiten des weltpolitischen Dauerirrsinns ein dringend notwendiges gedanklich-literarisches Gegenprogramm aus der losen Reihe „Aus dem Innersten“.*

**Was ist Wut eigentlich? Mein erster Gedanke geht Richtung** Streit, Krieg und Zerstörung. Den verzerrten Gesichtern erwachsener Männer, die einander die Schädel einschlagen. Großteils für Flaggen, von Nationen oder Vereinen, oder aber für Ideologien. Das verbale Sparring verschiedener politischer oder philosophischer Gesinnungen, die Gesangschöre von Hooligans. Rot glühende, kreischende Säuglinge und der Überschallknall des Kampfjets über Feindesland.

## **Aber was ist Wut?**

Ein Erregungszustand. Reize führen zu biochemischen Reaktionen, Amygdala-Aktivierung, Adrenalinausschüttung. Das Herz schlägt schneller und die Muskeln spannen sich an, zu Flucht oder Kampf. Doch was ist damit ausgesagt? Anders betrachtet ist Wut schlicht und einfach Energie. Das Wort ‚Energie‘ kommt aus dem Griechischen für „bewegende Kraft“. Wut als bewegende Kraft ist ziemlich akkurat. Das Feuer im Bauch, die rasenden Gedanken, das hämmernde Herz, sie alle treiben uns zum Handeln, zur Bewegung, zum Tun und Verändern an, unterbrechen den scheinbaren Stillstand des Alltags mit einer Wucht, die erschreckt.

***Es ist der Schrecken über die eigenen Abgründe, die (Un-)tiefen, die sich hinter und unter unseren***

***Verhaltensnormen verbergen. So beim Wutausbruch hinter dem Steuer, sobald das Arschloch einen, ohne zu blinken, schneidet. Beim Mordgedanken im Badezimmer, da die Klopapierrolle falsch herum in ihrer Halterung hängt.***

Aber man verschluckt die Kommentare, beißt sich stoisch auf die Zunge. Stoizismus ist verkommen zur Akzeptanz dessen, was ist, solange es nicht die eigenen Gefühle sind.

## **Doch was ist Wut?**

In der Astrologie ist der Planet Mars wohl der beste Repräsentant für Wut. Der rote Planet des römischen Kriegsgottes steht für Konflikt, Krieg, Feuer, aber auch für Kleinkinder, die handeln, ohne nachzudenken. Zugleich steht Mars stellvertretend für Ehrgeiz, Ambition und auch Bewegung, Durchsetzungsfähigkeit. Wut ist also das, was Dinge in Bewegung setzt, einen nach vorne bringt und gleichzeitig zerstört und verbrennt.

Und so betrachtet ist Wut keineswegs negativ besetzt, sondern eher ein Werkzeug unseres emotionalen Repertoires. Allerdings ein Werkzeug mit zerstörerischem Potenzial, das in Maßen und mit Bedacht eingesetzt werden muss, damit wir nicht erstarren. Selbst hinter unserer kleinsten Handlung steckt der bewegende Funke, die Energie, die man Wut nennen kann. Das Kratzen in meinem Hals irritiert mich genug, um meine Hand auszustrecken und das Wasserglas an meine Lippen zu führen. Vielleicht ist da im Ansatz schon Wut drin.

Der Unterschied zwischen der Regung nach Reaktion auf eine Beleidigung hin und den Vergeltungsmaßnahmen nach einem Terroranschlag ist quantitativ, nicht qualitativ. Die Handlung basiert am Ende stets auf einer grundlegenden Unzufriedenheit mit der

aktuellen Lage, die man dank dieser bewegenden Kraft, Wut eben, auszugleichen versucht. Worauf es ankommt, ist das Maß. Ein Schluck Wasser stillt den Durst, aber im stürmischen Meer ist es sehr leicht zu ertrinken. Eine Ablehnung auf verbaler Ebene und das Rammen eines Messers in einen Bauch ist nicht das Gleiche. Wut, die im Maß zum Handeln antreibt, zieht Grenzen.

Solange ich nichts tue, akzeptiere ich, was um mich herum geschieht. Akzeptiere ich eine Wirklichkeit, die sich aufdrängt wie eine pathologische Gestalt, die mich verschiebt, verformt und entfremdet. Werde ich allerdings zu sehr in die Ecke gedrängt, begrenzt, beschränkt, eingeengt, führt die Reibung und der Druck zum Funkenflug und bald zu Flammen. Und da sich keiner die Finger verbrennen will, wird so aus der Bedrängung wieder Raum, aus der Enge Weite, und die Brust dehnt sich wieder aus, mit der hinein- und hinausströmenden Luft der Erleichterung.

## **Aber wissen wir nach all diesen Gedankenfiguren wirklich, was Wut ist?**

Sie ist bestimmt auch die Kraft, die den Bleistift führt, der die erste Fassung dieses Textes auf einen College-Block kritzelt. Wut sind jene Funken im Nervensystem, die umherschließen, während Worte ausgestrichen, ersetzt und neu formuliert werden. Doch Wut: Das sind auch jene Funken, welche die Augen über die Zeilen gleiten lassen, beständig und zielgerichtet, von Wort zu Wort, die das Feuerwerk aus Sprache im Gehirn entfachen, das auf Computertomographien wie ferne Galaxien schimmert und strahlt. Die Frage ist aber, was ist mit all unserer Wut geschehen? Wo ist sie hin, wieso kocht sie nicht über? Wer hat sie gebündelt und gefesselt, in endlosem Konsum und Produktivität?

Getrieben hetzen wir durch unsere Leben. Vor und zurück, hin und

her, auf und ab. Holen und wollen und sollen, dies, das und jenes, und sind trotzdem durchgehend unzufrieden, rastlos, restlos, da wir innerlich verbrennen und uns verzehren, nach einem Feuer, das nicht in einsamen Herzen schwelt, sondern wie ein Flächenbrand den dunklen Wald verzehrt, durch den wir Tag für Tag irren. Aber für was und für wen? Was ist richtig, was falsch?

***Wir irren umher, flackernde Herzen im Winde des Wandels, verwirrt vom Überfluss an Meinung und Information, gefangen in Unschlüssigkeit, und während wir erwägen und bedenken, verzehren wir uns selbst, nähren die Flammen des Seins mit Lebenszeit ...***

## Was ist Wut?

Wut ist das Jetzt, der Moment, der die Ewigkeit spaltet. Die Flamme, die den Wald der Zukunft zu einem Feld aus Asche namens Vergangenheit macht. Wut ist blendende Glut, sie ist das endlose Licht, das die Dunkelheit des Kosmos erhellt, damit wir, wie kurz und flüchtig auch immer, sehen können.

---



**Tamàs Török**, Jahrgang 1990, wurde in Ungarn geboren und ist in Brixen, Italien, aufgewachsen. Seit 2011 lebt und schreibt er in Innsbruck. 2025 hat er das Hilde-Zach-Literaturförderstipendium von der Stadt Innsbruck für "Oh Me" erhalten und sucht seitdem einen Verlag für seine Manuskripte.