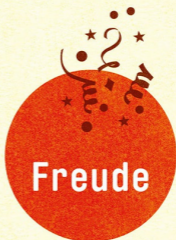


GIOVANNI
FRAZZETTO

Der Gefühlscode



DIE ENTSCHLÜSSELUNG
UNSERER EMOTIONEN

HANSER

Trottel. Als wir endlich auf die Autobahn kamen, fiel die Klimaanlage aus, und vor uns schon wieder ein Stau.

„Na toll, und was jetzt noch?“, blaffte Bruce.

Sieht alles nicht gut aus, dachte ich, ließ das Wagenfenster herunter und lehnte mich zurück, tun konnten wir eh nichts.

Bruce dagegen lehnte sich nicht zurück. Er trommelte mit den Fingern aufs Lenkrad: jeder Schlag ein Zähler in einem Countdown, wie die letzten Tropfen seiner verebbenden Geduld.

„Alles in Ordnung, Bruce?“, wagte ich zu fragen.

Er achtete nicht auf das, was ich sagte, starrte nur hinaus auf die Autoschlange vor uns. Begann plötzlich aggressiv zu hupen, ließ

sein Fenster herunter und schimpfte lautstark auf die anderen Autofahrer, als könnten Hupen und verbale Ausbrüche den Stau auflösen.

Als wir eine halbe Stunde später wunderbarerweise unsere Ausfahrt doch erreichten, tauchte einer, der frech auf der Standspur gefahren war, von der Seite auf, schnitt uns ... und zeigte uns den Finger!

Jetzt begann ich, um unser aller Sicherheit zu fürchten. Der Himmel war wolkenlos, in Bruce' Gesicht aber drohte ein Gewitter: als ob er sich eingeschlossen fühlte, wie in einem engen Korridor, und nun alles daran setzen musste, da so schnell wie möglich herauszukommen. Er sprang aus dem Wagen und schrie dem anderen Autofahrer nach, der sich längst aus dem Staub gemacht hatte. Nun war es an den Fahrern hinter uns, sich zu

beschweren, denn jetzt blockierten wir die Ausfahrt. Sofort ließ Bruce seine Wut an ihnen aus, den Mund sollten sie halten. Glücklicherweise blieben die anderen in ihren Wagen, und bevor er auf irgendwen losgehen konnte, packte ich ihn und zog ihn ins Auto zurück.

Endlich kamen wir weg, und ich muss gestehen, ich dachte nur noch an eine Hängematte unter schattigen Bäumen im Garten meiner Freunde.

Eine übermächtige Kraft

Wut ist ein krudes Gefühl, eine mächtige Kraft, oft nur schwer zu unterdrücken. Damit sie sich bemerkbar macht, genügt es, dass nur ein paar Dinge nicht so laufen, wie wir uns

das vorgestellt haben. Wir werden wütend, wenn wir uns schlecht behandelt fühlen oder vernachlässigt, wenn wir beleidigt werden oder ein bestimmtes Verhalten anderer nicht hinnehmen wollen oder können. Wut ist auch Angst mit einer Rüstung. Sie fungiert als Abwehr, als vorbeugende Reaktion auf einen möglichen Angriff. Impulsiv und spontan kann sie sein, sich unvermittelt, in kurzen, heftigen Ausbrüchen entladen, aber auch still und überlegt, klar und kontrolliert sein. Sowohl als unmittelbare Reaktion auf eine Provokation zeigt sie sich wie auch als Treibstoff künftiger Vergeltungsaktionen. Sie kann, das ist auffällig, lange gezügelt werden, dann aber plötzlich wild und heftig losbrechen, um gleich wieder abzuflauen. Nach einem heißen, blitzartigen Wutanfall ist man unter Umständen noch lange böse auf

jemanden. In allen ihren Formen hat Wut moralische Konsequenzen. Die Unfähigkeit, impulsive Reaktionen unter Kontrolle zu halten, ist ein Prüfstein für unseren Charakter; sie kann als Willensschwäche ausgelegt werden. Wer seiner Wut nachgibt, muss damit rechnen, dass dies Folgen hat für seine Stellung im gesellschaftlichen Leben, dass seine Beziehungen zu anderen Menschen Schaden nehmen.

Von allen Emotionen ist Wut gewiss diejenige, die mir am fremdesten ist. Ich bin nicht leicht zu reizen, neige auch nicht zu Wutanfällen. Auf kurze Debatten kann ich mich schon einlassen und meinen Standpunkt entschieden vertreten, denn ich werde weder gerne missverstanden noch in einem Gespräch übergangen. Gelegentlich, in