

Wut und Zorn	Anger and Rage
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.	Anger and rage are often equated with one another because of misunderstanding in the vernacular, however they are two fundamentally different factors, that also have different indications and effects.
Und es muss auch klar sein, dass Wut nicht mit Wut und Zorn nicht mit Zorn bekämpft und überwunden werden kann.	And it must also be clear that anger cannot not be fought with anger, and rage with rage and be overcome.
Wird aber in bezug auf Wut und Zorn trotzdem versucht, Gleiches mit Gleichem zu bekämpfen, dann zeitigt das üblicherweise sehr verheerende Folgen.	If one, however, concerning anger and rage, nevertheless attempt to fight same with same then it would result in very devastating consequences.
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.	Anger and rage are therefore never a method to fight anger and rage because all becomes truly exacerbated and unstopably further increased until the destructive explosion.
Also ist es notwendig, Wut und Zorn unter Kontrolle zu bringen, sie zu beherrschen und eine gegenteilige Haltung und Verhaltensweise einzunehmen.	Therefore, it is necessary to bring anger and rage under control, to master it and to take an opposite attitude and behaviour.
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.	This necessitates, however, much patience, feelings for others and tolerance, and only these high behaviour-values guarantee that anger and rage can be brought under control and can be mastered, whereas then true peace and harmony also follow.
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.	If one encounters this manner of the anger or the rage of a human being, then this type alone can guarantee that his or her anger or rage calms down gradually and decreases.
Was muss nun aber in bezug auf Wut und Zorn und deren Unterschied verstanden werden?	But what must now be understood in terms of anger and rage and the difference between them?
Wut ist in ihrer Definition ein heftiger, unbeherrschter und bis zur Raserei führender Ausbruch von unkontrollierten wilden Gedanken und deren Gefühlen sowie der Emotionen.	Anger, in its definition, is violent, unrestrained and leads up to a frenzied outbreak of uncontrolled wild thoughts and their feelings as well as of the emotions.
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.	The emotions cannot be equated, thereby, with feelings because they deal with two fundamentally different things; whereby unfolding from long-harboured wrong thoughts and feelings, emotions then first break through and come into effect at each appropriate and inappropriate opportunity.
Wut ist also emotional bedingt und wird hervorgerufen, wenn durch irgendwelche Vorkommnisse, Worte, Reden, Handlungen, Taten, Schaden oder Verlust usw., Ärger in Erscheinung tritt.	Anger is therefore emotionally dependent and is evoked when through any occurrences, words, speech, deeds, actions, damage or loss etc., trouble steps into appearance.
Die Wut bringt sich durch eine verzerrte Miene,	Anger brings itself to expression with a distorted

Wutröte im Gesicht sowie durch böse und unbeherrschte Worte, durch unkontrollierte Gestikulation und oft sehr schwerwiegende Taten und Raserei zum Ausdruck.	expression, twisting of the face as well as through evil and unrestrained words, through uncontrolled gesticulation and often very serious actions and fury.
Bei einem Wutzustand wird von einer aufgestauten, 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.	With a state of pent-up anger it can be described as stifling, blatant, burning, undignified and as howling or pointless, as raging, wild, irrational, senseless, ranting, raving, as slavering, foaming over, or boiling anger, etc.
Zu nennen ist auch die Berserkerwut, die in der Regel in einer rasenden Wütereie und manchmal auch in einer Wutversessenheit ausartet, was oft auch mit einem Wutgeheul und mit Schaum vor dem Mund verbunden ist.	To be termed, also as berserk-anger, that degenerates normally into an enormous rage and sometimes also in a badly out of control state of being 'eaten-by-anger', which is often interconnected also with a howling-anger and with foaming of the mouth.
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.	Rage is defined as a violent, ardent indignation that is felt by a human being as evil injustice or runs counter to his or her will, or his or her wishes.
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.	In this process, rage is understood in different forms and also differently designated, as flaming, fair, venerable, 'holier', impotent, burning, gripping or blazing rage etc
Bei Zorn steigt die Zornesröte ins Gesicht, und wenn er ausartet, dann wird von einem Zornschnauben geredet.	With rage the redness of the face increases and then, if it gets very badly out of the control of the good human nature, is spoken of as a snorting-rage.
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.	Rage can originate through vexation, agitation as well as through a look, words, deeds and actions, as also however, through any occurrences and situations etc., in which case, with the origination of the rage, the thoughts and their feelings invariably lose control and let the emotions run free.
Für Zorn kann bei manchen Menschen auch eine Neigung bestehen, woraus dann eine Zorn-Psychopathie entstehen kann.	For rage, can exist with some human beings also as an inclination, from which a rage-psychopathy can then evolve.
Bestehen irgendwelche Probleme in der Familie, unter Freunden, Bekannten, Nachbarn, im Zusammenhang mit der Arbeit, den Behörden und 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.	Any problems in the family, among friends, acquaintances, neighbors, in the connection with work, the authorities and governments, with organizations or concerning world-events, money etc., then these cannot be addressed with anger and rage, as also not with hate and with revenge-conduct.
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.	If the problems are specifically related to people, this must then be faced with love and compassion as well as with kindness, dignity and peaceableness, not however, with anger, rage and hate, not with threats and not with any weapons.
All diese Unwerte richten ungeheuren Schaden an und	All these wrong values direct immense damage and

rufen nicht selten lebenslange Streitereien, Mord und Totschlag sowie gar Kriege hervor.	often evoke lifelong squabbles, murder and homicide as well as even wars.
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.	The trigger for it lies always and solely in the human's decision making abilities and in the behaviour of the human being, because he or she alone decides, with their thoughts and feelings, what should be and will be, and what should not be and will not be.
Die volle Verantwortung für alles und jedes liegt also allein in des Menschen Entscheidungen und Handlungen.	The full responsibility for everything and everyone lies alone therefore in the human being's decisions and actions.
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.	And when one looks into the origins for it, then it is found solely in the human consciousness, i.e., in the thoughts and their feelings as well as in the behaviours resulting from them.
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.	The means however, that initially, first and foremost, the consciousness and one's thoughts as well as the following feelings must be controlled and must be steered onto the right tracks.
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.	Thereby, a control of the consciousness as well as the thoughts and feelings is not meant in the sense of a deep meditation but solely the control of the intellect and the rationality.
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 und er in Gleichheit und Gleichwertigkeit geachtet wird.	Namely through this can a repressing of anger or rage be guaranteed, in that consciously an appropriate respect for the rights of one's fellow human and the understanding for him or her is shaped and he or she is regarded as equal and equally valuable.
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 hohen Werte unmöglich machen.	It is an indisputable fact that anger and rage do not make joy nor happiness, and neither does it create love, freedom nor peace and also no harmony but contrarily, it makes all these high values impossible.
Wird alles negativ, ungut oder böse und angriffig in Erscheinung Tretende 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.	If everything negative, offensive or evil and confrontational were reasonably and rationally considered and met with love, goodness, feelings for others and dignity as well as calmness and peacefulness to all, then the consciousness will become calmed as well as the thoughts and their feelings as well as a calming effect on the psyche is brought about.
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.	Actually, no human being would like anger or rage, neither in his or herself nor in their fellow humans because love, peace, freedom and harmony are the fundamental-values of the inner and naturally given nature.
Niemand strebt nach bewusstseinsmässiger Unruhe, nach Wut oder Zorn; doch durch Unkenntnis und	Nobody strives after consciousness-based unrest, after anger or rage, , yet, nevertheless they make

Nichtgebrauchen des Verstandes und der Vernunft sowie durch Selbstsucht, Egoismus und Nichtbefolgen der schöpferisch-natürlichen Gesetze und Gebote usw. treten sie dennoch in Erscheinung.	their appearance due to ignorance and non-use of the intellect and the rationality as well as through selfishness, egoism and non-following of the creational-natural laws and recommendations, etc.
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.	Through the power of the non-following and the ignorance concerning the laws and recommendations etc., bad thoughts and feelings, bad behaviours and dejection thus build up, whereby the way is paved to anger or rage and they are let loose.
Genau durch Wut und Zorn verliert der Mensch dann eine seiner besten und von Natur aus gegebenen Fähigkeiten, nämlich seine gesunde Urteilskraft.	Exactly through anger and rage, the human being loses one then his or her best, and naturally given, capabilities, namely, his or her healthy power of discernment.
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.	In contrast to the animals and all the creatures, in general, the consciousness-based healthy human being has a well working brain, that allows him or her to assess what is right and what is wrong.
Und das vermag er nicht nur zu tun für den Moment der Gegenwart, sondern auch in bezug auf die Vergangenheit und die gesamte Zukunft.	And he or she is able to not only do this at the present moment but also with regard to the past and the entire future.
So vermag er, ohne dass er hellseherisch 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.	He or she is able to assess, without being clairvoyant, with his or her clear understanding, what is right and wrong, whether one or another cause leads to which effect and if this one or other word, this method or that, or this deed or action leads to this or that result.
Ist aber das Bewusstsein von Wut oder Zorn ergriffen, dann spielen die Gedanken und deren Gefühle verrückt, und genau dadurch verliert der Mensch seine Urteilskraft.	If the consciousness of anger or rage is seized however, then the thoughts and their feelings go haywire, and exactly as a result, the human being loses his or her power of judgement.
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.	And having lost this, then that is not only sorrowful but also dangerous, because turning to anger or rage means that, in many respects, very much damage and harm becomes wrought.
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.	The consciousness, the thoughts and their feelings as well as the psyche of the human being are incomplete, consequently they must become educated to the good and conscientious, which is only possible through a conscious utilisation of intellect and rationality.
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.	That the human being is simply a human being and is dependent upon a physical body, he or she must protect the consciousness-capability of the judgement abilities and learn, in order to decide and deal correctly in every case.
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,	To this, he or she is self-responsible with his or her self-consciousness and with his or her self-cultivation and with the evaluation of the negative, evil and bad consequences of the anger and the rage as well as the good, valuable and positive effects of the love,

Würde und des Mitgefühls.	goodness, dignity and the feeling for others.
Wenn sich der Mensch das immer wieder klarmacht, wird er das Ganze schliesslich verstehen und danach handeln und damit auch sein Bewusstsein kontrollieren.	When the human being, time and again, makes clear to themselves that he or she will finally understand the totality and therefore, will also handle and thereby control his or her consciousness.
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.	Thus, he or she comes with a clear intellect, rationality and with clear consciousness and with just as clear thoughts and feelings that he or she controls everything and can put them to the best use.
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.	Each human being needs the peace, the freedom and the harmony of his or her consciousness, in which case one only asks whether they possess these high values or whether they must first work for them, and if so, how this is possible.
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.	Through anger or rage this is impossible, through feelings for others, love, peace and goodness as well as through dignity, honesty, freedom, harmony and conscious use of the intellect and the rationality, however, can the individual consciousness-freedom be attained.
Wird dieser erreicht, dann ist das Ergebnis eine grosse Selbstzufriedenheit, Freude und inneres Glück, eine friedliche Familie, Frieden mit den Freunden, 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 Vergeltungs drang.	Should this be reached, then the result is generally a great freeing of self, liberation and inner happiness, a peaceful family, peace with the friends, acquaintances and the fellow man, but as always, freedom, love and harmony penetrate far away from each dispute, from hate and revenge as well as retaliation.
Wird das Ganze auf die gesamt menschliche und politische sowie wirtschaftliche Ebene erweitert, dann können daraus gute Verhaltensweisen, gegen seitige Hochachtung, Haltungen sowie Harmonie, Frieden und Freiheit entstehen, wie aber auch eine Motivation, aus der eine ganzmenschheitliche Einheit und eine sehr wertvolle Zusammenarbeit entstehen, wodurch ungeheuer viele Probleme gelöst werden können.	If the whole is spread to the entire-human race and political as well as economic levels, then good behaviours can come from it; mutual reciprocity, attitudes as well as harmony, peace and freedom develops, as also a motivation, from which an entire human race oneness and a very valuable cooperation develops whereby many enormous problems can be solved.
Billy Semjase-Silver-Star-Center, 22. Juni 2011, 15.43 h	Billy Semjase-Silver-Star-Center, June 22 nd , 2011, 15.43 hrs
	Translation: Catherine Mossman, October 2012