

Vrede

Vreden er livsnødvendig. Uden vrede intet virkeligt liv. Alt pakkes ind i vat, uvirkeligt, kedeligt, eksplosivt - for under overfladen gror den vrede, som ikke må udtrykkes, og den bliver større og større livet igennem, hvis ingen forløsning finder sted.

Den dybe, skjulte vrede forkrøbler sind og krop, tapper uanede mængder af kræfter, for angsten er dens følgesvend. En angst som indskrænker livet i helt urimelig grad - meget, meget mere, end vi tror. Den skjulte angst og vrede skaber dybe spændinger i krop og sind, spændinger og smerter som øger vores sårbarhed særdeles meget over for livets krav og almindelige, fredsommelige påvirkninger.

De spændinger og smerter vil med tiden skabe sygdom, og træthed følger med. Humøret nivelleres eller svinger uroligt ude af takt eller proportion med den ydre situation. Og hadet følger med - godt skjult, som regel - men kommer dog ud mellem sidebenene som ironi og sarkasme, almindelig småperfiditet, hensynsløs ragen til sig og onskabsfuld sladder o.s.v.

Af og til eksploderer hadet, skaber rædsel ud over alle grænser: Voldtægt, tortur og krig og anden blind destruktion af glæde og liv. Sådan er hadets væsen, skabt af vores egen kultur siden Adams og Evas tid.

Hadet er et produkt af vores indre konflikt mellem junglelovens krav om den stærkes ret og næstekærlighedens stærkere krav om opgivelse af denne firkantede tankegang, som ødelægger alt og alle.

Konflikten koster store tab af livsglæde og vitalitet. Den er lejret i det ubevidste, hvorfra den søger mod vores bevidsthed livet igennem, for livsglæden og evnerne vil realiseres så langt som overhovedet muligt. Det skaber mange vilde og vanvittige og muntre episoder og mærkelige krumspring og omveje og falbelader gennem hele vores liv og smerte og glæde i en sælsom cocktail, som er svær eller helt umulig at forstå for en bevidsthed med skyklapper på og dårlig kontakt med intuitionens mange kanaler.

En hjælp for os alle

Vreden gir' os vinger, en herlig vitalitet og styrke, når først den er faldet til ro i et naturligt leje fri af hadets snærende bånd og eksplosive kraft, som skaber angst og fortvivlelse uden lige.

Den situationsbestemte vrede, som hører til nu'et uden medsving af fortidens ophobede emotion skaber klarhed, handlekraft og styrke i tanke, krop og sind. Den er en hjælp for os alle, fjerner så megen tvivl - ganske som vi ser hos dyr med et liv i frihed.

Vreden løfter os ud af hængedyndets sump, som mødes så ofte i drømme, og vreden giver os kraft til at holde fast, når fortvivlelse og angst skubber os ned mod det sorte hul, hvor alt er meget svært. Vreden er naturlig, giver selvtillid og styrke og dermed tillid til livet i dybere forstand, når den er afbalanceret i forhold til situationens krav og tilhører nu'et uden bidrag af fortidens rædsel og andet kedeligt stof.

Vreden er god, så god og nødvendig som glæde og sorg for et virkeligt levende liv.