

## *Til Novatus*

### OM VREDE

*(Seneca definerer, i den første af de tre bøger om vrede, vreden som „begær efter hævn“; den umiddelbare aggressive reaktion, som en krænkelse fremkalder hos mennesker og dyr, vil han ikke kalde vrede, men først den overlagte aggression eller hævnlyst, thi til vrede hører forestillingen om uret. Egentlig vrede kender dyret ikke, men kun mennesket; dyrets adfærd er bestemt af instinkter, menneskets bør være ledet af fornuften: vreden, der kun er mulig for mennesket, er netop ikke naturlig for det, fordi det af naturen er et fornuftsvæsen. Men for mennesket er det en moralsk opgave at virkeliggøre sin natur og beherske sine affekter. Vreden er altid af det onde og kan aldrig – som Aristoteles' elever (og i vor tid Konrad Lorenz) har ment – være godt for noget; selv gladiatorer kæmper bedst uden vrede, og misdædere forbedrer vi bedst, hvis vi ikke vredes på dem. I 2. bog, der følger her, genoptager Seneca denne diskussion; i 3. bog giver han derefter en række mentalhygiejniske anvisninger til forebyggelse af vrede.)*

#### ANDEN BOG

1. Den første bog, Novatus, havde et mere skikkeligt emne; thi lasternes vej ned ad skråplanet er let. Nu må vi til det mere subtile: vi må nemlig undersøge, om man vredes med overlæg eller instinktivt, d.v.s. om vreden motiveres vilkårligt eller, som så meget andet i os, dukker op af det ubevidste. Undersøgelsen må jo starte nedefra for rigtigt

at kunne hæve sig til de højere materier: det gælder jo også for vor egen legemsbygning, at det er det mindst seværdige, de knogler og nerver og led, der støtter og holder liv i det hele, der først tager form og dernæst det, der gør skikkelsen skøn at skue, mens den glans, der særlig fanger blikket, først kastes over det fuldendte legeme. At det er en forestilling om overgået uret, der motiverer vreden, er der ingen tvivl om; men om den umiddelbart ledsager denne forestilling og blusser op uden nogen viljesakt, eller om viljen først må give sit samtykke, det er spørgsmålet. Efter vor opfattelse vover vreden sig ikke frem uden viljens tilslutning, thi at få en forestilling om at være blevet forurettet og lyst til at hævne det og at forene begge dele: tanken om det upassende i krænkelsen og det passende i at hævne den, det kan ikke skyldes en ganske uvilkårlig tilskyndelse. En sådan er nemlig usammensat, mens den reaktion, det her drejer sig om, er sammensat og rummer adskillige momenter: en vis erkendelse, indignation, fordømmelse, hævnlyst, hvilket ikke er muligt, medmindre viljen slutter sig til de rørelser, som den ikke selv er uberørt af.

ii. Du spørger måske, hvad denne undersøgelse skal føre til. – Til erkendelse af hvad vreden er. Thi hvis den opstår mod vor vilje, kan den aldrig underlægges fornuften. Alle uvilkårlige sindsbevægelser er nemlig ubetvingelige og uundgåelige, f.eks. gysen ved koldt vand, væmmelsen ved visse berøringer, at ulykkesbudskaber får hårene til at rejse sig og ukvemsord kenderne til at rødme og synet af afgrunde får det til at svimle for os; da intet af alt dette er i vor magt, kan fornuften umuligt tale os fra det. Vreden lader sig fordrive af forskrifter, netop fordi den er vilkårlig og ikke hører til de svagheder, der kommer af selve menneskets lod og derfor også kommer over de

viseste, og hvortil det første stik i sjælen må regnes, som forestillingen om en krænkelse giver os. Det kan vi også få, når vi ser skuespil eller læser vor gamle historie. Tit er det jo, som om vi vredes på Clodius, fordi han fordrev Cicero, og på Antonius, fordi han dræbte ham; hvem hidser sig ikke op over Marius' krigeriskhed, over Sullas proskriptioner? hvem harmes ikke på en Theodotos og en Achilles og på selve det barn, der dristede sig til så ubarnlig en ugerning?\*

Undertiden kan en sang og en livlig rytme ægge os og trompeternes kendte martialske lyd; også et uhyggeligt billede og det bedrøvelige syn af en nok så retfærdig afstraffelse kan gøre sindet uroligt; derfor ler vi jo også, når andre ler, og bliver bedrøvede, når vi ser en skare sørgende efterladte, og bliver røde i kammen, når andre strides. Dette er ikke vrede, lige så lidt som det er bedrøvelse, der får os til at rynke panden ved synet af et skibbrud i teatret, og lige så lidt som det er frygt, der farer gennem dem, der læser om at Hannibal efter Cannae belejrede byen: alt dette er sindsbevægelser i sind, der ikke vil bevæges, ikke affekter, men det der går forud for affekter. Således farer en gammel soldat op, når han i fredstid og i civil hører krigstrompeten, og våbenlarm får krigshestene til at knejse. Alexander siges jo også at have grebet efter sit sværd, da han hørte Xenofantos synge.

III. Intet af det, der tilfældigt tilstøder sjælen, bør kaldes en affekt: dette er så at sige snarere noget, som sjælen finder sig i, end noget den selv gør. En affekt består ikke blot i at reagere på en forestilling om tingene, men i at give sig hen til dem og følge denne uvilkårlige reaktion op. Hvis man altså tror, at bleghed og tåreflod og sexuel ophidselse og et dybt suk og et pludseligt skærpet blik og den slags er vidnesbyrd om en affekt og udtryk for sjæle-

livet, så tager man fejl og forstår ikke, at dette er rent legemlige reaktioner. Således kan selv den tapreste mand sjældent trække i harnisk uden at blegne, og kampsignalet får knæene til at ryste en smule under selv den vildeste soldat, og før hærene støder sammen hopper hjertet i livet på overgeneralen, og den mest veltalende taler får, når han belaver sig på at tale, gåsehud over det hele. Men vreden bør ikke kun betragtes som en reaktion, men også som en aktion: den er nemlig angrebslysten og er som sådan aldrig uden indre tilslutning; thi der kan umuligt være tale om hævn og straf uden bevidsthed og vilje. Hvis en har ment sig krænket og har villet hævne sig, men tager sig i det af en eller anden grund, så vil jeg ikke kalde det vrede, men en sindsbevægelse, der adlyder fornuften: vrede er først det, der sætter sig ud over fornuften og river den med sig. Altså kan den første uro i sjælen, som forestillingen om forurettelse fremkalder, lige så lidt kaldes vrede som denne forestilling selv; først den påfølgende aggressivitet, der ikke blot har indoptaget, men også bifaldet forestillingen om uret, er vrede: et indre oprør, som bevidst og med vilje søger hævn. Der kan aldrig være tvivl om at frygt har flugtberedskab, vrede aggressivitet i sig, men være på jagt efter noget eller på vagt mod noget kan man vel kun med besluttet sind.

iv. For nu at resumere på hvilken måde affekter opstår og breder sig og tager overhånd: den første sindsbevægelse er uvilkårlig, en slags forløber for affekten og advarsel om den; den anden er vilkårlig, men ikke ubøjeelig, som var det stadig et spørgsmål om det passende i at hævne sig, når man er blevet krænket, eller det passende i at straffe den, der har forsyndet sig; den tredje er allerede ustyrlig og søger ikke blot hævn, hvis det er passende, men for enhver pris, så at fornuften giver fortabt. Det første stik

i sjælen kan vi ikke afværge med fornuftens hjælp, lige så lidt som de reaktioner som vi kaldte rent legemlige, at andres gaben smitter os, og at øjnene lukker sig, når en finger pludselig rettes mod dem: alt sligt kan fornuften ikke beherske, men vanen og stadig opmærksomhed måske nok begrænse. Men den anden bevægelse, som opstår ved refleksion, kan også opløses ved refleksion.