

**Wut und Zorn**

von «Billy» Eduard Albert Meier

**Vztek a hněv**

»Billy« Eduard Albert Meier



© FIGU 2011

Einige Rechte vorbehalten.



Dieses Werk ist, wo nicht anders angegeben,  
lizenziert unter  
[www.figu.org/licenses/by-nc-nd/2.5/ch/](http://www.figu.org/licenses/by-nc-nd/2.5/ch/)

**Die nicht-kommerzielle Verwendung ist daher ohne  
weitere Genehmigung des Urhebers ausdrücklich  
erlaubt.**

Erschienen im Wassermannzeit-Verlag:  
FIGU, «Freie Interessengemeinschaft», Semjase-Silver-Star-  
Center, Hinterschmidrüti 1225, CH-8495 Schmidrüti ZH

**Překlad:** FIGU-Studiengruppe Česká republika

**Staženo z webových stránek:** <http://cz.figu.org>

**Kontakt:** [info@cz.figu.org](mailto:info@cz.figu.org)



© FIGU 2011 (německy). 2022 (česky). Ně-

která práva vyhrazena. Na toto dílo platí  
následující pravidla: [www.figu.org/licenses/by-nc-nd/2.5/ch/](http://www.figu.org/licenses/by-nc-nd/2.5/ch/)



**Nekomerční využití je proto bez dalšího souhlasu au-  
tora výslovně dovoleno.**

Vydáno v nakladatelství Věk Vodnáře (Wassermannzeit-Verlag),  
»Svobodné zájmové společenství«, Semjase-Silver-Star-Center,  
CH-8495 Schmidrüti ZH, Švýcarsko

## Wut und Zorn

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. Und es muss auch klar sein, dass Wut nicht mit Wut und Zorn nicht mit Zorn bekämpft und überwunden werden kann. Wird aber in bezug auf Wut und Zorn trotzdem versucht, Gleiches mit Gleichem zu bekämpfen, dann zeitigt das üblicherweise sehr verheerende Folgen. 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. Also ist es notwendig, Wut und Zorn unter Kontrolle zu bringen, sie zu beherrschen und eine gegenteilige Haltung und Verhaltensweise einzunehmen. 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. 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. Was muss nun aber in bezug auf Wut und Zorn und deren Unterschied verstanden werden?

## Vztek a hněv

Vztek a hněv se v lidové mluvě v důsledku nepochopení často považují za jedno a totéž, přitom se ale jedná o dva principiálně různé faktory, které mají i různé příznaky a působení. Jasně musí být i to, že vztek nelze překonat a přemoci vztekem a zlost zlostí. Pokud se ohledně vzteku a hněvu přesto člověk pokusí překonávat stejné stejným, pak to obvykle způsobí velmi ničivé následky. Vztek a hněv tedy nikdy nejsou prostředkem k boji proti vzteku a hněvu, neboť tím se vše opravdu zhorší a bude se ustavičně dále stupňovat až ke zničující explozi. Je tedy nezbytné, vztek a hněv přivést pod kontrolu, ovládnout je a přijmout opačný postoj a způsob chování. To ovšem vyžaduje mnoho trpělivosti, soucitu a tolerance a jen tyto vysoké hodnoty chování zajišťují, že vztek a zlost bude možno přivést pod kontrolu a zvládnout, z čehož pak může vzejít i opravdový mír a harmonie. Přistoupí-li se tímto způsobem ke vzteku nebo hněvu nějakého člověka, pak pouze tento přístup může zaručit, že se jeho vztek a hněv pozvolna utiší a ustoupí. Co je ale nyní potřeba rozumět ohledně rozdílu mezi vztekem a hněvem?

Wut ist in ihrer Definition ein heftiger, unbeherrschter und bis zur Raserei führender Ausbruch von unkontrollierten wilden Gedanken und deren Gefühlen sowie der Emotionen. 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. Wut ist also emotional bedingt und wird hervorgerufen, wenn durch irgendwelche Vorkommnisse, Worte, Reden, Handlungen, Taten, Schaden oder Verlust usw., Ärger in Erscheinung tritt. Die Wut bringt sich durch eine verzerrte Miene, Wutröte im Gesicht sowie durch böse und unbeherrschte Worte, durch unkontrollierte Gestikulation und oft sehr schwerwiegende Taten und Raserei zum Ausdruck. 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. 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.

Vztek je ve své definici prudký, nezvladatelný a až ke zběsilosti vedoucí výbuch nekontrolovatelných divokých myšlenek a jejich pocitů, stejně jako emocí. Emoce přitom nesmí být srovnávány s pocity, neboť se vlastně jedná o dva od základu rozdílné faktory, přičemž z chybných myšlenek a pocitů, po dlouhou dobu pěstovaných, se teprve emoce vyvíjí. Ty pak při každé vhodné či nevhodné příležitosti prorazí a žádají si svůj vliv. Vztek je tedy emocionálně podmíněn a je vyvolán, když se všelijakými událostmi, slovy, mluvou, jednáním, činy, škodami či ztrátou atd. vyskytne mrzutost. Vztek se projevuje zkřiveným výrazem tváře, vzteklým zrudlým obličejem, stejně jako zlými a nekontrolovanými slovy, nekontrolovanými gestikulacemi a často velmi závažnými činy a zběsilostí. Ve stavu vzteklosti se hovoří o nahromaděném vzteku, otupělém, řvoucím, planoucím, strašném, skučícím nebo nesmyslném, zuřivém, divokém, šíleném, smyslu zbaveném, šírajícím, běsnícím, soptícím, či vypěněném vzteku, anebo se říká vřít vztekem atd. Zmínit je potřeba také vztek berserka, který se zpravidla zvrtné do naprosto šílené vzteklosti a někdy i do posedlosti vztekem, což je často spjato i se vzteklým vytím a s pěnou kolem úst.

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. In dieser Weise wird der Zorn als verschiedene Formen verstanden und auch verschiedenartig bezeichnet, wie flammender, gerechter, heller, «heiliger», ohnmächtiger, brennender, packender oder lodender Zorn usw. Bei Zorn steigt die Zornesröte ins Gesicht, und wenn er ausartet, dann wird von einem Zornschnauben geredet. 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. Für Zorn kann bei manchen Menschen auch eine Neigung bestehen, woraus dann eine Zorn-Psychopathie entstehen kann.

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. Sind die Probleme speziell auf Menschen bezogen, dann muss diesen mit Liebe und Mitgefühl sowie

Hněv se definuje jako prudká zanícená nevěle vůči něčemu, co dotyčný považuje za velmi nesprávné nebo co se přičí jeho vůli či jeho přáním. Takto je hněv chápán v různých podobách a je i různě označován jako vášnivý, spravedlivý, jasný, »svatý«, bezmocný, zachvátivší či vzplanuvší hněv atd. Při hněvu stoupá rudost do obličeje, a pokud se hněv zvrtné, pak je řeč o tom, že supí hněvem. Hněv může vyvstat z mrzutosti, rozčilením, ale i pohledem, slovy, jednáním a činy, jakož ale i prostřednictvím všelijakých událostí a situací atd., přičemž se při vzniku hněvu dostávají mimo kontrolu bez výjimky myšlenky i jejich pocity, a nechávají volný průběh emocím. U některých lidí mohou pro hněv existovat sklony, z čehož pak může vzniknout psychopatie hněvu.

Existují-li všelijaké problémy v rodině, mezi přáteli, známými, sousedy, v souvislosti s prací, úřady a vládami, v organizacích nebo ve vztahu k celosvětovému dění, penězům atd. atp., pak je nelze řešit vztekem a hněvem, ani nenávisť a pomstychtivým počínáním. Týkají-li se problémy obzvláště lidí, pak se k nim musí přistupovat s láskou a soucitem, stejně jako



mit Güte, Würde und Friedfertigkeit gegenübergetreten werden, nicht jedoch mit Wut, Zorn und Hass, nicht mit Drohungen und nicht mit irgendwelchen Waffen. All diese Unwerte richten ungeheuren Schaden an und rufen nicht selten lebenslange Streitereien, Mord und Totschlag sowie gar Kriege hervor. 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. Die volle Verantwortung für alles und jedes liegt also allein in des Menschen Entscheidungen und Handlungen. 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. 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. 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. Durch diese nämlich kann ein Zurückdrängen von Wut oder Zorn dadurch gewährleistet werden, indem bewusst eine angemessene Hochachtung vor den Rechten des Mit-

s dobrotou, důstojností a mírumilovností, nikoliv ovšem se vztekem, hněvem a nenávistí, ani vyhrožováním a všelijakými zbraněmi. Všechny tyto nehodnoty nadělají obrovské škody a nezřídka vyvolají doživotní spory, vraždy a zabíjení, stejně tak i války. Spouštěč toho tkví jen a pouze v lidské schopnosti rozhodovat a v chování člověka, neboť on sám rozhoduje svými myšlenkami a pocity o tom, co má být a co bude, a co nemá být a co nebude. Plná zodpovědnost za všechno leží sama v lidském rozhodování a jednání. A půjdeme-li k jádru této věci, pak k tomu nalezneme motiv jen a pouze v lidském vědomí, resp. v myšlenkách a pocitech, stejně tak i z toho plynoucích způsobů chování. To ovšem znamená, že nejdříve se musí v první řadě kontrolovat vědomí a jeho myšlenky, stejně tak z nich vyvěrající pocity, a obojí je nutno směřovat do správných kolejí. Tím se nemyslí kontrola vědomí, myšlenek a pocitů ve smyslu nějaké hluboké meditace, nýbrž jen kontrola rozumu a chápavosti. Kontrolou se totiž může zajistit potlačení vzteku a hněvu tak, že se vědomě utvoří přiměřeně velká úcta před právy spolubližního,

menschen und das Verständnis für ihn geschaffen und er in Gleichheit und Gleichwertigkeit geachtet wird.

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. 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. 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. Niemand strebt nach bewusstseinsmässiger Unruhe, nach Wut oder Zorn; doch durch Unkenntnis und Nichtgebrauchen des Verstandes und der Vernunft sowie durch Selbstsucht, Egoismus und Nichtbefolgen der schöpferisch-natürlichen Gesetze und Gebote usw. treten sie dennoch in Erscheinung. 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

porozumění vůči němu a respekt v rovnosti a rovnocennosti.

Nepopiratelnou skutečností je, že vztek a hněv nečiní člověka radostným a šťastným a neutváří ani lásku, svobodu nebo harmonii, nýbrž naopak všechny tyto vysoké hodnoty znemožňují. Bude-li o všem negativním, nedobrem nebo zlém a útočném smýšleno rozumně a s pochopením a projeví-li se všemu láska, dobrota, soucit a důstojnost, tak jako klid a mírumilovnost, pak dojde ke zklidnění jak vědomí, tak i myšlenek a jejich pocitů, což také bude mít uklidňující dopad i na psychiku. Nikdo ve skutečnosti nechce vztek a hněv, ani v sobě, ani u svých bližních, neboť láska, mír, svoboda a harmonie jsou základní hodnoty niterné a přírodně dané podstaty. Nikdo vědomě neusiluje o neklid, vztek a hněv; přesto se tak děje v důsledku neznalosti a nepoužívání rozumu a schopnosti chápat, stejně tak i v důsledku sobectví, egoizmu a nenásledování tvořivě-přírodních zákonů a doporučení atd. Tak vznikají silou nenásledování a silou neznalosti ve věci zákonů a doporučení špatné myšlenky a pocity, špatné postoje, způsoby chování a psychická zničenost

zu Wut oder Zorn geebnet und freigemacht wird. Genau durch Wut und Zorn verliert der Mensch dann eine seiner besten und von Natur aus gegebenen Fähigkeiten, nämlich seine gesunde Urteilskraft. 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. Und das vermag er nicht nur zu tun für den Moment der Gegenwart, sondern auch in bezug auf die Vergangenheit und die gesamte Zukunft. So vermag er, ohne dass er hellichtig 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. 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. 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. 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.

atd., čímž je vydlážděna a uvolněna cesta ke vzteku a hněvu. Právě vztekem a hněvem pak ztrácí člověk jednu ze svých nejlepších schopností, od přírody daných, totiž svoji zdravou schopnost úsudku. V protikladu se zvířaty a zvířenou má ve vědomí zdravý člověk dobře fungující mozek, který mu dovoluje posuzovat, co je správné a co je nesprávné. A tak může učinit nejenom v momentě současném, nýbrž i ve vztahu k minulosti a veškeré budoucnosti. Takže je schop, aniž by byl jasozřivým, svým zdravým rozumem posoudit, co je správné a co chybné, k jakému následku vede ta či ona příčina, a zda to či ono slovo, metoda, konání a skutek vede k tomu či onomu výsledku. Je-li ale vědomí zachváčeno vztekem a hněvem, pak se myšlenky a pocity zblázní a přesně tím ztrácí člověk svou schopnost soudnosti. A pokud se ztrácí, pak to není jen smutné, nýbrž i nebezpečné, neboť octnout se ve stavu vzteku a hněvu znamená, že v mnoha směrech dojde ke spáchání velkých škod a neštěstí. Vědomí, myšlenky a jejich pocity, stejně jako psychika člověka, jsou neúplné, takže se musí školit a cvičit k tomu dobrému a čestnému, což je možné jen pomocí vědomého užívání rozumu a chápavosti.



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. 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, Würde und des Mitgefühls. Wenn sich der Mensch das immer wieder klarmacht, wird er das Ganze schliesslich verstehen und danach handeln und damit auch sein Bewusstsein kontrollieren. 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.

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. 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. Wird dieser erreicht, dann ist das Ergebnis eine grosse Selbstzufriedenheit, Freude und inneres Glück, eine friedliche

Jelikož je člověk prostě člověkem a je závislý na fyzickém těle, musí se učit a chránit si svou schopnost vědomého úsudku, aby v každém ohledu správně rozhodoval a jednal. K tomu je sám odpovědný svým sebevědomím a pečováním o sebe, a svým poznáním negativních, zlých a špatných následků vzteku a hněvu, stejně tak dobrých, cenných a pozitivních následků lásky, dobroty, důstojnosti a soucitu. Bude-li si to člověk pořád neustále ujasňovat, bude tomu všemu nakonec rozumět a podle toho jednat, a tím také své vědomí kontrolovat. Tak přijde zdravým rozumem a chápavostí a jasným vědomím a rovněž tak jasnými myšlenkami a pocity k tomu, že může vše kontrolovat a využít k tomu nejlepšímu.

Každý člověk potřebuje mír, svobodu a harmonii svého vědomí, přičemž je otázkou pouze to, zda tyto vysoké hodnoty vlastní nebo zda se k nim nejprve musí dopracovat, a pokud ano, jakým způsobem mu to bude možné. Vztekem a hněvem je to nemožné, pomocí soucitu, lásky, míru a dobroty, stejně jako pomocí důstojnosti, upřímnosti, svobody, harmonie a vědomého používání rozumu a chápavosti lze ovšem dosáhnout individuálního míru ve vědomí. Je-li ho dosaženo, pak je výsledkem velká spokojenost se sebou

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 Vergeltungsdrang. Wird das Ganze auf die gesamt menschliche und politische sowie wirtschaftliche Ebene erweitert, dann können daraus gute Verhaltensweisen, gegenseitige 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.

Billy  
Semjase-Silver-Star-Center,  
22. Juni 2011, 15.43 h

samým, radost a vnitřní štěstí, klidná rodina, mír s přáteli, známými a bližními všeobecně, stejně tak jako ve všem ale i svoboda, láska, harmonie, a sice vzdáleny jakéhokoliv sporu, nenávisti, touhy po pomstě a odplatě. Bude-li to celé rozšířeno na úroveň všech lidí, politiky a hospodářství, pak z toho mohou vzejít dobré způsoby chování, vzájemná vysoká úcta, rovnováha a harmonie, mír a svoboda, jakož ale i motivace, ze které vzejde komplexní jednota lidstva a velmi cenná spolupráce, v důsledku čehož se může vyřešit obrovské množství problémů.

Billy  
Semjase-Silver-Star-Center,  
22. června 2011, 15:43