Me parece que este es un tema que puede tener una discusión larga y tendida (como casi cualquier tema si le pones el debido interés). La ira es peligrosa y sin embargo sumamente necesaria. Me ha sorprendido un poco que ningún fragmento hable sobre ello en sí mismo. Quizás es porque el libro está dirigido a personas iracundas, con tendencias a gritar antes que callar o con grandes rencores que no te dejan descansar.

La ira puede ser enfermiza, no hay duda de ello. Te carcomerá por dentro, tanto como vivir cerca de personas que tienen costumbre de ella.

En mi opinión el arte de la calma es dominar la ira (eso se sobre entiende), pero no en el sentido de no enfadarte jamás, sino más bien en saber cuándo y cómo debes dejar libre tu ira. Para personas de poco temperamento necesitan encontrar su calma hallando su manera de enfadarse, es necesario aprender a procesar de buena manera emociones como esta.

Hay muchas maneras de manifestar este sentimiento, algunos gritan, patalean, se olvidan del pensamiento, otros callan y lo recuerdan por meses, se vuelven distantes y desobedientes en una forma de revelarse. No creo que sea correcto estallar, no es justo para la otra persona, tampoco está bien guardarte todo, acabará llevándote a enfermar de odio.

Mi perspectiva sobre la ira es la misma que tengo sobre la mar, puede ser profunda, oscura y enraizada, puede estar calmada o brava, puede ser tan devastadora como vital. Me parece que las personas deben aprender que del otro lado de la línea también hay personas, en el fondo suaves y delicadas, más frágiles de lo que realmente queremos llegar a admitir. Puedes enfadarte, mucho, muchísimo dependiendo de la situación, tomando la debida cavilación sobre el tema. No te voy a negar esa necesidad. Lo que sí diré, es que al menos para mí, la ira debe tomarse como la mar en calma. Llana, con el cielo despejado y dispuesta a aceptar en su cierta medida las opiniones de la otra persona.