

# Kumpaa sutta ruokit?

Christopher K. Germerin kirjassa Myötätunnon tie (Basam Books 2010) kerrotaan isoisän ja lapsenlapsen keskustelusta:

Vanha cherokee-intiaani kertoi eräänä iltana lapsenlapselleen ihmisten sisällä tapahtuvasta taistelusta. Hän sanoi: "Poikani, meidän kaikkien sisällä taistelee kaksi 'sutta'."

"Toinen on Paha. Se on kiukku, kateus, mustasukkaisuus, suru, katumus, ahneus, ylimielisyys, itsesääli, syyllisyys, inho, alemmuudentunne, valheet, väärä ylpeys, ylemmyudentunne ja ego."

"Toinen on Hyvä. Se on ilo, rauha, toivo, tyyneys, nöyryys, lempeys, hyvänsuopuus, empatia, anteliaisuus, totuus, myötätunto ja usko."

Lapsenlapsi ajatteli asiaa hetken ja kysyi sitten isoisältään:

"Kumpi susi voittaa?"

Vanha cherokee vastasi yksinkertaisesti:

"Se, jota ruokit."

Kysymys:

Mitä tämä tarina saa sinut miettimään?

Pohdi mikä auttaa sinua ruokkimaan yhä enemmän sitä sutta, jota haluat ruokkia?