

"Jos vihaat jotakuta ihmistä, sinä vihaat jotakin hänessä, mikä on osa itseäsi. Se mikä ei ole osa itseämme, ei voi vahingoittaa." Selän takana puhuminen, juoruaminen, joukkoterapia. Joukkoterapiaa, jossa puhujat käsittelevät omia pettymyksiään ja tunteitaan muiden elämänkohtaloilla. Keskustelua, jolla yritetään erittäin epätoivoisesti liimata omaa rikkiäistä elämää kasaan. Analysointia ihmisistä, tapahtumista ja asioista, joita ei edes tunneta. Jos tunnettaisiin puhumisen kohde täysin - kenelläkään ei olisi sydäntä kohdella toista ihmistä niin huonosti. Koomisinta ilmiössä on se, että koska toisten asioista puhutaan toisten selän takana... ..juoruaminen on ikiliikkuja, jolla ei pyritä saamaan ratkaisua, muuhun kuin omien tarpeiden tyydyttämiseen. Luit oikein, tyydyttämiseen. Juoruaminen tuottaa mielihyvähormonia, jota ahkera ihminen saa jo työnteosta ja liikkumisesta. Näin ollen sokerimunkki ja pahan puhuminen auttavat niitä ihmisiä selviämään elämästä, joilla ei ole voimia parantaa itse omaa elämänlaatuaan. Koska omaa elämää ei jakseta parantaa - laitetaan muut ihmiset etäälle lasikoppiin arvostelua varten. Tietysti salaa selän takana. Mitä jännää siinä silloin olisi, jos asioista puhuttaisiin suoraan, jolloin puheenaihe loppuisi välittömästi oikean vastauksen jälkeen. Mitä silloin olisi sokerimunkin kylkiäisenä? Annan sinun toteuttaa omaa luovuuttasi muiden ihmisten kustannuksella, jos siltä tuntuu. Mutta sanonpahan vain... "Se joka kertoo sinulle juoruja, kertoo juoruja sinusta." Halusit sitten uskotella itsellesi mitä tahansa, niin juoruaminen muista ihmisistä kaverien kesken pinnallistaa kaverisuhteitasi. Tämä kaikki aika on poissa siitä, että käsitteisit teidän oikeita tunteita oikeista asioista. Ei vain naamioituna muiden elämän arvosteluun. Mitä sinulle oikeasti kuuluu? Miten parisuhteessasi menee? Mikä on pahin kokemasi loukkaus? Entä järkyttävin kokemasi asia? Miten pelottavaa olisikaan puhua asioista niin avoimesti ja herkkinä, kuin ne todellisuudessa ovat. Silloin ymmärtäisit, ettei ympärilläsi olekaan monia ihmisiä, joille uskaltaisit uskoutua oikeista tunteistasi. Etkö siis ansaitsisi paljon enemmän? Kypsiä, itseään* arvostavia ihmisiä, jotka haluavat vilpittömästi muiden pärjäävän elämässään. Ihmisiä, jotka keskittyvät omien ja muiden tavoitteiden toteuttamiseen täynnä itsevarmuutta ja elämäniloa. Nauraen onnellisille asioille omassa ja muiden elämässä. Täynnä lämpöä ja välittämistä. Vai siirrytkö ilkeän naurun pöytään täynnä katkeruutta, menetettyjä unelmia ja sokerimunkkien luomia liikakiloja. On ihmisiä, jotka suhtautuvat lempeästi muihin ihmisiin, vaikka nämä olisivat miten jääräpäitä tahansa. Miksi? "Ihailemalla toisten erinomaisuutta tai pyrkimystä siihen pääsemme siitä itsekkin osallisiksi." *Itseään arvostava ihminen on tarpeeksi vahva arvostaakseen muita ihmisiä huolimatta heidän erilaisuudesta tai heikkouksistaan - koska kukaan ei ole täydellinen. - Muiden epätäydellisyyttä ymmärtävä ihminen kestää myös oman epätäydellisyytensä. Kestätkö sinä omasi?