Ľudia nám hovoria: „Bosorkini synovia! Z kurvy synovia!“

Iní zasa hovoria: „Hlupáci! Lotri! Smradi! Somári! Chruňovia! Prasce! Ničomníci! Mrchy! Malí zasrani! Zlodusi! Čertovo plemeno!“

Keď počujeme tieto slová, tvár nám sčervenie, hučí nám v ušiach, pália nás oči, trasú sa nám nohy. Nechceme sa už ani červenať, ani sa triasť, chceme si zvyknúť na nadávky, na slová, ktoré zraňujú. Sadneme si oproti sebe za kuchynský stôl, hľadíme jeden druhému do očí a hovoríme si čoraz ohavnejšie slová.

Jeden: „Ty hajzeľ! Špinavec!“

Druhý: „Chrapúň! Hovädo!“

Pokračujeme, až kým tie slová prestanú prenikať do mozgu, ba nevnikajú nám už ani do uší. Takýmto spôsobom sa cvičíme približne polhodinu denne, potom sa prechádzame po uliciach. Nastrojíme to vždy tak, aby nám ľudia nadávali, a môžeme povedať, že nakoniec sa nám darí nevšímať si to.

No sú tu aj slová z minulosti.

Mama nám hovorievala: „Zlatíčka moje! Srdiečka moje! Šťastie moje! Moje malé zbožňované detičky!“

Keď si spomenieme na tieto slová, vyhŕknu nám slzy. Na tieto slová musíme zabudnúť, pretože teraz nám nikto podobné slová nehovorí a pretože spomienky na ne nám spôsobujú priveľkú bolesť. Takže sa vraciame k cvičeniu iným spôsobom.

.......

Pri obede stará mama povie: „Pochopili ste. Strechu nad hlavou a jedlo si treba zaslúžiť.“

My na to: „To nie je v tom. Pracovať je nepríjemné, ale pozerať sa na niekoho, kto pracuje, a nič nerobiť, je ešte nepríjemnejšie. Hlavne ak je ten niekto starý.“

Stará mama sa škodoradostne smeje: „Sukini synovia! Chcete tým povedať, že ste ma ľutovali?“

„Nie, stará mama. Len sme sa sami pred sebou hanbili.“

Poobede ideme do lesa na drevo. Odvtedy robíme všetky práce, ktoré sme schopní vykonávať.