

www.vulkani.rs
office@vulkani.rs

Naziv originala:

Yoshinori Noguchi

KANZENBAN KAGAMI NO HOUSOKU

© 2017 Yoshinori Noguchi. All rights reserved.

Original Japanese edition published by Sunmark
Publishing, Inc., Tokyo.

Translation rights arranged by Comanegra & Asterisc Agents

Translation Copyright © 2024 za srpsko izdanje Vulkan izdavaštvo

ISBN 978-86-10-05218-3



Ova knjiga štampana je na prirodnom recikliranom papiru od drveća koje raste u održivim šumama. Proces proizvodnje u potpunosti je u skladu sa svim važećim propisima Ministarstva životne sredine i prostornog planiranja Republike Srbije.

JOŠINORI NOGUČI



ZAKON
OGLEDALA

Magično pravilo za rešavanje
bilo kog životnog problema

Prevela Sonja Stanković

VULKAN
IZDAVAŠTVO

Beograd, 2024.

SADRŽAJ

ZAKON OGLEDALA	9
KAKO PRIVUĆI SREĆU U NAŠE ŽIVOTE	43
Život je ogledalo koje prikazuje našu unutrašnjost	48
Poruke koje nam poteškoće šalju	51
Šta je oproštaj	54
Šta je potrebno da uradimo pre nego što oprostimo	56
Ljudi koji ne umeju da postave granice svojim roditeljima	59
Roditelji koji pokušavaju da kontrolišu svoju decu	63
Prevazilaženje zavisnosti u odnosu roditelj–dete	67
Kako uspostaviti granice	70
Osećaj krivice u procesu osamostaljivanja	72
Ne brinite previše o zajedničkoj sreći	75
Izražavanje osećanja	78

Jošinori Noguči

Najveći poklon za jedno dete	82
Osam koraka koji vode ka oprostaju	85
Oprostimo sebi ono neoprostivo	91
Postizanje srećnog života.	93

Ova priča je zasnovana na stvarnim događajima.
Promenjena su imena likova i njihova zanimanja.

Eiko Akijama je četrdesetogodišnja domaćica. Zabrinuta je za svog sina Jutu, koji ide u peti razred i trpi nasilje u školi, iako to nasilje još uvek nije preraslo u fizičko. Obično se dešava da ga ignorišu ili optužuju da je kriv za sve što se dogodilo. On stalno poriče da se to dešava, da ga ne maltretiraju, ali Eiko vidi koliko je on tužan, i to joj slama srce.

Juta voli bejzbol, ali ga drugari više ne zovu da igra s njima. Posle škole ide u park i igra se sam, bacajući loptu o zid.

Juta se pre dve godine zapravo igrao s ostalom decom. Jednog dana, kada se Eiko vraćala iz kupovine i prolazila pored školskog dvorišta, videla je sina na igralištu. Juta je pogrešio i saigrači su ga veoma oštro i nemilosrdno kritikovali.

„Spori su ti refleksi!“

„Zbog tebe smo izgubili tri poena!“

Jošinori Noguči

„Ako izgubimo, ti ćeš biti kriv!“

Eiko je bila svesna toga da Juta nije vešt u sportu, ali je imao mnogo drugih vrlina. „On je tako dobar dečko“, pomislila je. Rastuživalo ju je to što drugi nisu mogli da vide njegovu jaču stranu i bilo joj je veoma teško da vidi svog sina kako se izvinjava i saginje glavu pred svojim drugarima, koji su ga stalno prekorevali.

Nakon tog incidenta, prestali su da ga zovu da se igra s njima.

„Samo smetaš našem timu, tako da te više nećemo puštati da igraš sa nama“, rekli su mu.

Juti je najteže palo to što ga više nisu zvali da igra bejzbol. Njegovo nezadovoljstvo se videlo i on ga je ispoljavao prema Eiko, ali nju je najviše bolelo to što joj nije rekao šta ga muči, što joj nije otvorio svoje srce.

„Dobro sam“, stalno je ponavljao.

Kada je pokušala da ga nauči kako da se pomiri sa svojim prijateljima, on je počeo da se brani:

„Ostavi me na miru, dosado!“

Kada je predložila da promeni školu, on je odgovorio da joj nikada neće oprostiti ako mu to uradi.

Eiko se osećala bespomoćno zbog toga što nije mogla ništa da učini da pomogne svom sinu.

*

Zakon ogledala

Jednog popodneva Juta se vratio iz parka mnogo ranije nego inače, neraspoložen.

„Šta je bilo, sine?“

„Ništa!“, odgovorio je ravnodušno.

Istina se javila u obliku jednog poziva.

„Eiko, da li ti je Juta ispričao šta se dogodilo u parku?“

„Ne. Šta se dogodilo?“

„Danas sam bio u parku i igrao se na ljuljašci sa sinom, kada je Juta, kao i uvek, počeo da se igra sam, bacajući loptu o zid. Onda je došlo sedam-osam drugova iz razreda koji su mu rekli da će igrati između dve vatre i da im on smeta. Jedan od njih ga je udario loptom i Juta je pobegao. Bilo mi je veoma krivo jer u tom trenutku nisam mogao ništa da uradim. Žao mi je.“

Eiko se ukočila. „Da li je moguće da mu se to desilo a da mi ništa nije rekao?“ Bila je tužna jer joj sin nije verovao i osećala se nemoćno da razgovara sa njim, da pokuša da izvuče iz njega ono što se dogodilo.

Sledećeg dana Eiko je odlučila da pozove gospodina Jagučija, poznanika svoga muža. Nikada ranije nije razgovarala s njim, ali joj je muž dao njegovu vizitkartu pre nedelju dana. Njih dvojica su se upoznali u srednjoškolskom kendo klubu.

Jošinori Noguči

Izgubili su kontakt pre skoro dvadeset godina, ali su se slučajno sreli na ulici pre nedelju dana.

Pošto se dugo nisu videli, odlučili su da popiju piće u kafe-teriji i proveli su skoro dva sata ćaskajući. Gospodin Jaguči je radio kao poslovni konsultant. Suprug joj je objasnio da gospo-
din Jaguči zna mnogo o psihologiji i da je pomogao u rešavanju problema i u poslovnoj i u privatnoj sferi. Ispričao mu je za Ju-
tin slučaj, a on im je ponudio pomoć i dao mu svoju vizitkartu.

Kada se vratio kući, suprug joj je dao vizitkartu i rekao:

„Pozovi ga. Već sam mu objasnio problem.“

„A zašto ja moram da ga zovem? Uopšte ga ne poznajem! Trebalo bi da ga pozoveš ti direktno.“

„Ti si ta koja me brine. Mnogo te pogađaju Jutini problemi. O tome sam razgovarao s Jagučijem.“

„Hoćeš da kažeš da sam ja ta koja ima problem? Ja sam mu majka. Normalno je da budem zabrinuta. Tebi je svejedno pošto ti po ceo dan voziš kamion tamo-amo i nikada nisi kod kuće. Ja sam ta koja provodi dan i noć ovde brinući o našem sinu, dok ti sve ignorišeš. Ne želim da pričam sa tim čovekom jer sam sigurna da on ne zna ništa o podizanju dece“, rekla je Eiko bacivši vizitkartu na sto.

To se desilo pre nedelju dana. Nakon poziva koji je pri-
mila, Eiko je bila toliko očajna i depresivna da bi se uhvatila i za slamku.

Zakon ogledala

Mrzela je što se tako oseća. Očajnički joj je bila potrebna pomoć i više nije marila odakle će ta pomoć doći. Onda se setila gospodina Jagučija. Na sreću, nije joj trebalo dugo da pronađe vizitkartu.

Odlučila je da ga pozove sat nakon što je Juta otišao u školu. Eiko nije mogla da zamisli kakva će joj iznenađenja doneti taj dan.

Sekretarica je podigla slušalicu i predala je gospodinu Jagučiju. Eiko se predstavila. Njegov glas je bio prijatan, ali je ona uprkos tome oklevala da objasni svoje probleme. Nije znala da odabere reči. Na sreću, on je probio led.

„Vi ste Akijamina supruga?“

„Da, ja sam.“

„Drago mi je što smo se upoznali!“

„Takođe, gospodine Jaguči. Moj suprug vam je već ispričao deo problema?“

„Da, nešto. Rekao mi je da ste zabrinuti za sina?“

„Da li biste mogli da mi pomognete? Možete li mi posvetiti malo vremena?“

„Trenutno sam slobodan. Ako vam odgovara, možete mi ispričati o problemu preko telefona. Slušam vas.“

Jošinori Noguči

Eiko mu je rekla da Juta nema prijatelje, da ga maltretiraju u školi, a takođe mu je rekla šta se juče dogodilo u parku. Bilo joj je lako da razgovara s gospodinom Jagučijem.

Kada je završila, on joj je rekao:

„Ne postoji ništa teže za majku nego da vidi svoje dete kako pati, zar ne?“

Eiko je osetila kako joj suze teku niz obraze kada je čula te reči. Gospodin Jagučić je shvatio da ona plače i sačekao je da se smiri pre nego što je nastavio:

„Želite da rešite problem svog sina, tako da ću vam postaviti nekoliko pitanja koja će nam možda dati neki nagoveštaj o tome gde da počnemo da tražimo rešenje.“

Eiko nije mogla sasvim da veruje da se problem o kome je tako dugo razmišljala može rešiti. Svim srcem je želela da problem nestane i da će ta pitanja zaista pomoći da pronađe pravi način.

„Pitajte šta god želite. Učiniću šta god je potrebno.“

„Odlično. Možda će pitanje biti malo indiskretno, ali moram da znam da li postoji neko u vašoj blizini prema kome osećate neku vrstu ogorčenosti.“

„Kako ste rekli?“

„Čini vam se da sam potpuno promenio temu, zar ne? Mogao bih da vam objasnim celu teoriju, ali za to bi nam

Zakon ogledala

bili potrebni sati, a nažalost, nemamo toliko vremena, pa ću objasniti svoju hipotezu: mislim da je ovo što se dešava vašem sinu povezano s činjenicom da niste dovoljno zahvalni na nečemu što je neko učinio za vas; štaviše, mislim da se ljutite na tu osobu.“

„Kakve veze ima to što je moj sin zlostavljan u školi s mojom ličnom situacijom? Ovo izgleda kao nešto što potiče iz doktrine verske sekte.“

„Normalno je što tako razmišljate. Osnove moje hipoteze su zakoni poznati od davnina, ali ne uče se u školi.“

„I kakvi su to zakoni?“

„Recimo da je sve što se dešava zapravo rezultat ili posledica naših postupaka i da je, samim tim, poreklo svega uvek u nama samima; ili da stvarnost onoga što se dešava u našim životima nije ništa drugo do ogledalo koje odražava našu unutrašnjost. Kada se pogledamo u ogledalo, mislimo: 'Ču-pav sam', ili: 'Danas izgledam loše', ali kada nemamo ogledalo ispred sebe, to i ne primećujemo. Zamislite život kao ogledalo, ogledalo koje vam omogućava da vidite šta je unutra. Zahvaljujući njemu, možemo da shvatimo kako se osećamo i imamo priliku da se promenimo.“

„Ako ono što me tera da patim nije ništa drugo do projekcija mojih osećanja, šta mi to tačno kazuje sada?“

Jošinori Noguči

„Teško je precizirati šta je tačno. Ono što se dešava u vašem životu jeste da je vaš voljeni sin nesrećan i zbog toga patite, zar ne? Ako smatramo da je to rezultat ili posledica nečega, mogući razlog je to što se loše ophodite prema nekome ko to nije zaslužio. Pošto se život ponaša kao ogledalo, ako u svom srcu gajite ljutnju prema bliskoj osobi kojoj treba da budete zahvalni, to se odražava tako što drugi maltretiraju vašeg sina. Ovo je moja hipoteza i mislim da ne grešim. Šta mislite? Na primer, kakav je vaš odnos s mužem?“

„Zahvalna sam mu. Moj muž vozi kamion kako bismo se mi prehranili svakog dana.“

„Zahvalni ste mu. A da li ga poštujete?“

Eiko je bila iznenađena kada je čula reč *poštovanje*. Postojao je deo njega koji je uvek pomalo prezirala. Imala je tendenciju da vidi bezobzirnost i pasatizam u inače optimističnom karakteru svog muža, a smatrala ga je pomalo i neobrazovanim. Eiko je bila fakultetski obrazovana, a njen muž završio je samo srednju školu. I ne samo to – govorio je grubo i nikada nije čitao ništa osim časopisa. Ona je volela da čita i jednom se iznenadila kada je shvatila da razmišlja da ne želi da joj sin bude poput oca.

Objasnila je to gospodinu Jagučiju.

Zakon ogledala

„Vi mislite da vrednost neke osobe zavisi od njenog obrazovanja, znanja ili odnosa prema drugima?“

„Ne, naravno. Svako ima svoje slabije i jače tačke.“

„Dakle, zašto onda potcenjujete svog muža i sudite mu po merilima u koja zapravo ne verujete?“

„Da, malo je kontradiktorno...“

„Kakav odnos imate sa svojim suprugom?“

„Često me izbacuje iz takta. Često se svađamo.“

„A šta on misli o Jutininim problemima?“

„Uvek mu se žalim na ono što se dešava, ali istina je da se nikada nisam ozbiljno konsultovala s njim jer ne verujem previše njegovom sudu i njegovim savetima. Teško prihvatam mišljenje ljudi kao što je moj suprug.“

„Jasno. Možda postoji još jedan osnovni razlog koji objašnjava zašto vam je tako teško da prihvatite svog muža. Mislim da bi trebalo da razgovaramo o tome.“

„Još jedan razlog?“

„Da, želeo bih da se pozabavimo ovom temom. Da li ste zahvalni na onome što je vaš otac učinio za vas?“

„Molim? Moj otac? Naravno da sam zahvalna...“

„Da li je moguće da deo vas misli da postoji nešto što ne možete da mu oprostite?“

Jošinori Noguči

To ju je iznenadilo. Morala je da prizna da zaista postoje neki aspekti ličnosti njenog oca koje nije mogla da prihvati. Bila mu je zahvalna na tome što ju je vaspitao, ali istina je bila da joj se nije dopadao. Iako se i nakon udaje i osnivanja porodice uvek vraćala kući za Božić i na Obon* festival leti, razgovor sa ocem se svodio na poštovanje zahteva protokola i malo čega drugog.

Sada kad razmišlja o tome, odnosi su im zahladneli još otkad je Eiko išla u srednju školu.

„Ne mogu da oprostim svom ocu neke stvari iz prošlosti i mislim da nikada neću ni moći.“

„Znači, ne možete da mu oprostite? Sigurno imate svoje razloge, ali bih voleo da bar pokušate. Šta kažete na to?“

„Još mi nije jasno kakve veze imaju moj muž i moj otac s mojim trenutnim problemom.“

„U ovom trenutku to je samo teorija, ali treba da uradite nešto da bih znao da li sam u pravu.“

„U redu. Recite mi šta treba da uradim.“

„Prvo što treba da uradite jeste da zapišete na papir sve ono što ne možete da oprostite ocu. Takođe, možete dodati fraze kojima izražavate svoj bes. Možete da napišete izjave poput: 'On je idiot', 'Ne mogu da ga podnesem', 'Mrzim ga', 'On je

* *Obon festival* je budistička tradicija obožavanja predaka, koja se slavi u Japanu tokom leta. (Prim. aut.)

Zakon ogledala

kreten'... Šta god poželite. Svu svoju ogorčenost izrazite rečima, bez cenzure. Ako se sećate nečeg konkretnog, možete to i zapisati. Na primer: 'Kada se to i to dogodilo, osećala sam se ovako.' Morate pisati dok ne osetite da ste sve stavili na papir. Kada završite, pozovite me.“

Eiko je sumnjala da će to rešiti Jutin problem, ali je odlučila da nema šta da izgubi.

„Ako postoji šansa da uspe, moram da pokušam“, mislila je.

Nije bila ubeđena da ono što je gospodin Jaguči rekao ima bilo kakvu osnovu, ali je na neki način osećala da ju je ubedio. Nakon što je spustila slušalicu, uzela je svesku i počela da piše o osećanjima koja je gajila prema svom ocu.

„Kada sam bila mala, moj otac je uvek bio veoma kritičan prema svemu. Bilo je uobičajeno da se trpe njegove propovedi za vreme večere. Ako nije urađeno ono što je hteo, vikao je na nas, grdio nas i prekorevao. Često sam mislila da mog oca ne zanimaju moja osećanja.

Kada je pio, žalio se na svoj posao. Mrzela sam to.

Radio je u građevinskoj firmi, rukovodio je radovima. Ni malo mi se nije dopadalo kada je dolazio kući prljav i pun prašine i, ne presvukavši radnu odeću, sedao direktno za sto da večera.“

Jošinori Noguči

Eiko je nastavila da piše o osećanjima koja je njen otac izazivao u njoj. Ne shvatajući, fraze su tekle sve nasilnije, kao što su: „Nije dobar otac“, ili: „Gadi mi se.“

Setila se incidenta koji se dogodio dok je još bila u srednjoj školi. Jednom je izlazila s dečakom iz odeljenja. Šetala se sa njim i njen otac ih je slučajno video. Kada se vratila kući, otac ju je ispitivao kao da je počinila zločin i držao joj lekcije.

Rekla je roditeljima da izlazi s prijateljima i on joj nije oprostio što ih je slagala.

Još se sećala šta joj je tačno rekao:

„Kako možeš biti tako loša da lažeš nas, svoje roditelje?! Ti si nesreća i nikada nećemo izvući ništa dobro iz tebe!“

Talas besa joj je preplavio um dok se prisećala. Ona je to izrazila sledećim rečima:

„Stvar je u tome što sa karakterom koji imaš ne zaslužuješ ništa osim laži! Zar ne shvataš da sam imala dobre razloge da vas slažem? I povrh toga, kasnije si mi rekao da nikada nećeš izvući ništa dobro iz mene. Preterao si! Zar ne shvataš da su me te reči povredile? Zaista si beskoristan kao otac! Od tog trenutka više mi se nije dalo ništa da ti objašnjavam. Kako seješ, tako i žanješ!“

Eiko se ubrzo osetila tužno i potišteno. Dok je pisala, nije mogla da prestane da plače.