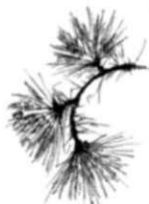


A GONDOLKODÁS EDZÉSE



A hogy a nagypapa elbeszélését hallgattam, megértettem, hogy Anasztázia, amikor a fiunkkal beszélget, minduntalan olyan gyakorlatokat gondol ki a számára, melyek edzik gondolkodása gyorsaságát. Külsőleg ez úgy néz ki, mintha játék volna, de az elme még akkor is gyakorol, amikor látszólag az egész csak játék, a gyermek csupán testi ügyességét fejleszti.

Már meséltem arról, hogy egyik reggel, amikor Anasztázia és fiunk a farkassal játszottak, versenyt futottak vele, Anasztázia a következő trükköt eszelte ki. Magához hívta a farkast, de gyorsan elfutott előle. A farkas nekilendült, hogy utolérje. Ám amikor már majdnem beérte, Anasztázia hirtelen, még futtában a legközelebbi cédrus törzsére ugrott, lábaival elrugaszkodott tőle, vetett egy szaltót és az ellenkező irányba futott el. A farkas azonban a lendület miatt elfutott mellette.

Láttam, ahogy a fiam is versenyt futott a farkaskölyökkel. A fiatal farkas mindig utolérte fiamat, bármilyen gyorsan igyekezett is volna előle elfutni.

A farkas egy picit előre futott, majd vissza-visszafordult s gyorsan még meg is nyalta az utána loholó gyermek kezét vagy lábát. Vologya hirtelen lemaradt, egy picit pihent, majd ismét megpróbált elfutni a farkas elől, de az állat ismét beérte.

Amikor Anasztázia megmutatta fiunknak a trükköt, ahogy ráugrott a cédrus törzsére és azonnal irányt változtatott, az nagyon megtetszett neki és megpróbálta

utánozni. Nekifutásból előre tartott lábakkal felugrott a cédrus törzsére, de sehogy sem sikerült neki szaltót vetnie és azonnal a másik irányba elfutnia. Először, amikor elrugaskodott a fa törzsétől, Vologya négykézlábra esett. Amikor másodszorra is felsült, kérdőleg nézett édesanyjára. Anasztázia ezt mondta neki:

- Vologya, mielőtt még a fára ugranál, gondolatban el kell képzelned további cselekedeteidet.

- Elképzelted, édesanyám. Már láttam, hogyan csináltad te.

- Láttad, hogyan csinálta a testem, de nem képzelted el és nem érezted, hogyan kell eljárnia a tiédnek, minek kell magát alárendelnie. Előbb gyakorold gondolatban!

Hogy hogyan kell gondolatban testi gyakorlatokat végezni, egyáltalán nem értettem. A gyermek mégis elment a fa törzséhez, egy ideig állt mellette, hol lehunyta szemét, hol keze és lába akaratlanul mozgott. Majd eltávolodott a cédrus törzsétől és seben ismét futott felé.

Most gyorsabban futott, mint általában. Még meg is ijedtem, hogy valami baja esik; esetleg nekiütközik a fa törzsének, megsérül. Azért sikerült neki. Elrugaskodott, szaltót is ugrott, bár megingott, amikor a földre esett, mégis sikerült az ellenkező irányba elfutnia. Vologya néhányszor elvégezte a gyakorlatot és technikája egyre javult.

„Jó gyakorlat” - gondoltam magamban. „Fejleszti az összes izmot” - mondtam Anasztáziának.

- Igen - válaszolta -, fejleszti az izmokat, de ami még ennél is fontosabb, gyorsítja a gondolkodást.

Nem kezdtem kérdezősködni, hogyan tudja egy tiszta testi gyakorlat gyorsítani az elmét, de rövidesen megértettem, hogy Anasztázia miért éppen ezt a feladatot adta föl a gyermeknek, miután megmutatta neki a trükkjét. A következő történet:

Vologya magához hívta játszótársát, a farkast. Együtt futottak. A farkas majdnem beérte őt, amikor Vologya



megvalósította trükkjét - az ellenkező irányba kezdett futni. Az állat, mivel nem várta az események ilyen változását, elfutott a cédrus mellett.

Míg a farkas megállt és tudatosította a történeteket, Vologya már nyílsebese az ellenkező irányba futott és ujjongott. Nevetett, karját lengette, ugrándozott, győztesnek érezte magát.

A fiatal farkas azonban rendkívül okos és értelmes ellenfélnek bizonyult. Amikor Vologya az egész folyamatot már ötödször ismételte meg, a farkas hirtelen lefékezte futását, midőn elfutó barátja a cédrus törzséhez közeledett, majd megállt, nem futott el egészen a fa törzséig.

Ahogy Vologya szaltót csinált, hogy irányt változtatva az ellenkező irányba fusson, ügyesen megnyalta Vologyát földre érésekor, helyben ugrándozott és csóválta farkát. Most a farkas ujjongott, Vologya pedig csodálkozva és zavartan nézett rá.

Anasztáziával a közelben üldögéltünk és figyeltük a jelenetet. Vologya mégegyszer megpróbált ugyanilyen módon túljárni a farkas eszén, de ezúttal sem sikerült neki. Az eszes farkas minden alkalommal korábban megállt és elégedetten várta, hogy a gyermek földet érjen, még meg is nyalta, nem is egyszer.

Vologya elgondolkodott. Arca komollyá vált. Még a homlokát is összeráncolta, de látszott, hogy semmit sem ötlött ki. Gondolkodóba esve, kérdéssel szemében jött hozzánk. Anastázia hirtelen ezt mondta:

- Most, Vologya, nem csak a saját gondolatodat kell figyelembe vened, hanem a farkasét is.

A fiunk ismét gondolkodóba esett. Én is töprengeni kezdtem a helyzeten. Arra a szilárd meggyőződésre jutottam, hogy ha már a farkas egyszer megértette fiunk manőverezését, akkor semmit sem lehet tenni. A farkas előre sejti, mi következik, és csak egyszerűen megvárja, hogy a gyermek elvégezze a műveleteket, és még ha Vologya

kétszer gyorsabban is végezné el trükkjét, a farkasnak akkor is sikerülni fog megnyalnia őt. Ezért nem is segített már semmilyen gondolat. Amikor láttam a felénk közeledő gyermek arcán, hogy ő is ugyanilyen következtetésre jutott, így szóltam Anasztáziához:

- Ugyan, minek gyötrőd a gyereket? Hiszen világos, hogy most már nem tud elfutni a farkas elől. Te sem tudsz elfutni előle. A te farkasod sehogyan sem tudta felfogni, hogy mi történik, amikor elfutottál előle, de ez a fiatal farkas, úgy tűnik, eszesebb az anyjánál.

- Igen, okosabb, mint a nőstény farkas, de az embernek mindig okosabbnak kell lennie. Nem gyötröm a gyereket, azt a feladatot adtam neki, hogy gondolkodjon, vegye számításba a farkas gondolatát és oldja meg.

- De hiszen világos, nem? Nincs itt semmilyen megoldás. Ha van, akkor mutasd meg! Nem nézhetem fiunk szomorú arcát.

Anasztázia felállt és mozdulatával magához hívta a fiatal farkast. A farkas boldogan futott hozzá, csóválta a farkát. Anasztázia megveregette nyakát és hívó gesztussal futni kezdett.

A fiammal figyeltük, milyen széleseben és könnyedén futott. A már felnőtt nő-édesanya megdöbbenően könnyű, szabad mozdulatai elkápráztattak szépségükkel és gyorsaságukkal.

A fiatal farkas futása mégis egy picit gyorsabb volt. Anasztázia néhányszor elfordult tőle, azonnal megváltoztatta futása irányát, így az állat egy picit lemaradt, de hamarosan ismét majdnem beírta az elfutó Anasztáziát.

Anasztázia hirtelen, széleseben, egyenesen a felé a cédrus felé futott, amelyiktől Vologya elrugaskodott. A farkas a cédrus előtt néhány méterrel lassította futását, és amikor Anasztázia felugrott, a farkas leült, arra készült, hogy megnyalja Anasztázia lábát vagy kezét, amikor az földet ér, de...



Anasztázia felugrani ugyan felugrott, de a cédrustól nem rugaszkodott el. Teste szinte súrolta a cédrus törzsét, ahogy elfutott mellette. Tovább futott, távolodott a cédrustól, de a lóvá tett farkas csak ült tovább, készenlétben, azon töprengve, hogy voltaképpen mi is történt.

Volyga ugrándozni, tapsolni kezdett és örömmel újságolta:

- Megértettem, édesapám, megértettem! Gyorsan kell gondolkodnom saját magamért, de a farkas helyett is. Gyorsan kell gondolkodnom magamért, de még gyorsabban, mint ahogy a farkas gondolkodik, s közben mindezt egyszerre. Megértettem, hogyan kell csinálni!

Amikor Anasztázia hozzánk jött, neki is bejelentette:

- Köszönöm, édesanyám! A farkas engem már soha nem fog le hagyni!

Volyga elfutott a farkas elől, kezdetben úgy cselezgetve, ahogy Anasztázia tette, de később egy egész sor mindenféle trükköt talált ki. Futtában hol egy kisebb fa törzsébe kapaszkodott, amelynek köszönhetően gyorsabban tudta változtatni futása irányát, mint az utána futó állat, hol egy vastag, a szélben letörött ágon ugrott át. Majd - amint másodszor futott hozzá -, abban a pillanatban, amikor a farkas egy hatalmasat ugrott előre, egyszerűen csak helyben felugrott.

Ez csak egyetlen példa, ennél van még jóval több is, ám a legfontosabb nem is annyira a példák sokasága, hanem a feladat lényegének a megértése.