

BARDZO DŁUGI
BIEG

MISHKA SHUBALY



GALAKTYKA

Tytuł wydania oryginalnego: *The Long Run*

Copyright © 2011 by Mishka Shubaly

Wydanie polskie © 2014 by Galaktyka sp. z o.o.

Wszelkie prawa zastrzeżone

All rights reserved

Galaktyka sp. z o.o.; 90-562 Łódź, ul. Łąkowa 3/5

tel. +42 639 50 18, 639 50 19, tel./fax 639 50 17

e-mail: info@galaktyka.com.pl; sekretariat@galaktyka.com.pl

www.galaktyka.com.pl

ISBN: 978-83-7579-345-1

Redakcja: *Bogumila Widla*

Redakcja techniczna: *Marta Sobczak*

Korekta: *Monika Ulatowska*

Redaktor prowadzący: *Marek Janiak*

Zdjęcie okładkowe: *Agata Galecka*

Projekt okładki: *Jakub Kabala*

Skład: *Garamond, Łódź*

Druk i oprawa: *Drukarnia im. A. Półtawskiego*

Pełna informacja o ofercie, zapowiedziach i planach wydawniczych:

www.galaktyka.com.pl

info@galaktyka.com.pl; sekretariat@galaktyka.com.pl

Wszelkie prawa zastrzeżone. Bez pisemnej zgody wydawcy książka ta nie może być powielana w częściach, ani w całości. Nie może też być reprodukowana, przechowywana i przetwarzana z zastosowaniem jakichkolwiek środków elektronicznych, mechanicznych, fotokopiarskich, nagrywających i innych.

POBICIE JAVADA na mojej zmianie w Beauty Bar rozjuszyło mnie, ale zanim dotarłem do domu po wściekłym biegu przez miasto, mój gniew wyparował tak skutecznie, jakby został chirurgicznie usunięty. Odtąd, kiedy byłem zły, zdolowany albo sfrustrowany, wychodziłem biegać. To oznaczało, że zacząłem spędzać w biegu mnóstwo czasu. Przestałem ćpać, rzuciłem nawet palenie – bieganie było za dużym wyzwaniem, żeby sobie je dodatkowo utrudniać.

Podczas treningów do półmaratonu Staten Island myślałem o mojej chrzestnej Marilyn – jedynej siostrze mojego ojca. Wykryto u niej raka żołądka i skierowano na chemioterapię. Nie wierzę w siłę modlitw czy inne pozytywne wibracje, właściwie to w nic nie wierzę – ale często myślałem o Marilyn, przywoływałem w myślach jej twarz, jej uśmiech i wspominałem, z jaką sympatią traktowała mnie przez całe moje życie. Staralem się myśleć o przyszłości – jej przyszłości – w której Marilyn żyje, czuje się dobrze i jest szczęśliwa, jeździ kombajnem, lepi pierogi i bawi się z wnukami. Drobiną po drobinie, molekułą po molekule, zacząłem czuć się lepiej.

Poznałem pewną Turczynkę o imieniu Izgi i zacząłem się z nią spotykać. Nie osądzała mojego minionego życia, a przyszłość była dla niej czystą kartą.

– To już przeszłość, czas dokonany, więc ... ? – Pytająco uniosła brew i wzruszyła ramionami. – Każdy popełnia błędy. Ale nie każdy jest dość odważny, żeby powiedzieć „zblądziłem”. Dla mnie zawsze byłeś dobrym człowiekiem.

Kiedy nadszedł jedenasty października, Izgi, uzbrojona w aparat fotograficzny, o nieludzko wczesnej porze zabrała się ze mną promem na Staten Island. Śmiesznie wyglądam na jej zdjęciach: oszołomiony, śpiący, w starym podkoszulku, z ciężkim przypadkiem porannego kołtuna i kilkudniowym zarostem. Na tym tle inni biegacze – w okularach, sportowych strojach z krzykliwymi logo, pasami biegowymi, iPodami i elektronicznymi zegarkami – sprawiali wrażenie rześkich i poukładanych.

Najpierw powtarzałem sobie, że chcę po prostu ukończyć bieg. Ale potem, wraz z upływem kilometrów, pomyślałem, że może uda mi się przebiec dystans w czasie poniżej dwóch godzin. Podczas biegu wyobrażałem sobie, jak białe krwinki w organizmie Marilyn po chemioterapii wracają do życia – jeden krok, jedna krwinka. Kilka ostatnich kilometrów pobiegłem tak szybko, że czułem, jak gałki oczne pulsują w rytm uderzeń serca. Dobięłem w czasie jednej godziny, czterdziestu sześciu minut i pięćdziesięciu sekund – bez rewelacji, ale nie najgorzej. Przeszedłem biegowy chrzest.

Zamierzaliśmy z ojcem wybrać się w odwiedzinę do Marilyn w listopadzie. Jednak pod koniec października jej stan gwałtownie się pogorszył i ojciec zmienił plany, żeby jak najszybciej być u jej boku. Ukrywała prawdziwą skalę swojej choroby – to chyba u nas rodzinne.

Lot mojego ojca opóźnił się ze względu na złą pogodę. U węgłowia jedynej siostry – ostatniego ogniwa łączącego terazniejszość z jego młodymi latami i gulągiem dzieciństwa – stawił się dziesięć minut po jej śmierci.

Spośród moich najbliższych Marilyn odeszła pierwsza. Była moją matką chrzestną i zawsze dawała do zrozumienia, jak bardzo mnie kocha. Jej okrutna śmierć wstrząsnęła mną. Ale nie wróciłem do picia i nie przestałem biegać.

Zimy zawsze były dla mnie bardzo trudne, ale dzięki Izgi, która dodawała mi otuchy, tego roku chłód i szarugę udało mi się przebiegać. Bez cienia skargi wrzucała do pralki moje przepoczone ciuchy wraz ze swoimi i układała krótkie piosenki na temat moich obolałych nóg. Kupiła mi lepsze buty do biegania, dzięki którym stopy trochę mniej dokuczały. Od ciągłego ocierania o spoconą bawełnę moje brodawki wyglądały, jakby ktoś potraktował je papierem ściernym, Izgi kupiła mi więc kilka delikatnych w dotyku, syntetycznych koszulek. Lubilem biegać w butach od Izgi, nosić ubrania, które mi sprawiła, i myśleć o niej podczas biegu – o tym, że się mną opiekuje i że ja także troszczę się o nią.

W mieście, z którego od dawna pragnąłem wyjechać, odkryłem nowy Nowy Jork. Bo też i moje ścieżki były kiedyś dość ograniczone: kluby, w których graliśmy, puby, z których posyłało mnie na zieloną trawkę, ale gdzie wciąż mogłem pić za friko, bary w Greenpoint, skąd nawet na gazie dało się wrócić piechotą do domu. Ale teraz przebiegałem przez wielkie połacie Nowego Jorku, które wcześniej omijałem – dzielnicę finansową, Midtown, Upper East Side. Okazały się w porządku i zupełnie bezpieczne (dopóki przemierza się je odpowiednio szybko). Biegałem też przez mniej znane zakamarki miasta: Woodside, Bushwick, Dy-

ker Heights i Astorię. Wszędzie kryły się jakieś historie – wbity w ogniwo odgradzającego chodnik łańcucha, dziesięciocentymetrowy obcas powleczone złotą lamą, wygięty zmysłowo jak szyja czapli, mroczne zaułki, w których unosił się fetor ludzkiego potu, sebum i ekskrementów, niespodziewanie zmiatany przez falę nocnego powietrza, przesyconego aromatem pieczonego chleba i cukru pudru, jakby biegło się przez miąższ wielkiego pączka.

I ja też zacząłem się zmieniać. Którego dnia, gdy przekrzywiłem głowę podczas golenia, coś przykuło moją uwagę. Czy to aby nie był załazek kaloryfera, który przez krótką chwilę zarysował się na bezkresnej połaci nieokreślonego cielska, litościwie zwanego brzuchem? Skręciłem tułów w lewą, a potem w prawą stronę i wyginając szyję, kątem oka szukałem potwierdzenia swoich przypuszczeń, ale jakoś nie udało mi się powtórzyć okoliczności, w których doszło do pierwszego kontaktu wzrokowego z moimi mięśniami brzucha. Ich istnienie pozostało więc w sferze hipotez. Wreszcie uznałem, że są jak potwór z Loch Ness: ulotny zarys, nieuchwytna wypukłość niewiele większa od zmarszczki na wodzie, której będę uporczywie wypatrywał przez następne lata, by nigdy więcej nie dostać najmniejszego choćby potwierdzenia, że gdzieś tam, pod spodem, istnieje życie. Myliłem się. Przelotnie zobaczyłem go jeszcze kilka razy, aż wreszcie zagościł u mnie na stałe i nawet przyprowadził przyjaciela. Między rodzącą się klatką piersiową a stopniowo zanikającym mięśniem piwnym pojawiły się mięśnie brzucha, sztuk dwa. Patrząc na nie, czułem się jak dumny ojciec.

W kwietniu poleciliśmy z Izgi do Turcji, żeby spotkać się z jej rodziną – dla nas obojga był to odważny krok, który zaledwie rok

wcześniej byłby dla mnie nie do pomyslenia. Na początku maja, po niecałym roku treningu biegowego, pobiegłem swój pierwszy pięćdziesięciokilometrowy ultramaraton, Long Island Greenbelt. Izgi sfotografowała mnie, jak przekraczam linię mety. Miesiąc później, w wilgotnym, trzydziestodwustopniowym upale, wziąłem udział w pierwszym maratonie przelajowym w Virginii. I znów towarzyszyła mi Izgi. Przywykłem do myśli, że tak już będzie zawsze.

Alkohol jest uniwersalnym usprawiedliwieniem: jeśli go nadużywasz, zaczynasz sobie nim tłumaczyć każdy problem. Kiedy przestajesz pić, nagromadzone pod jego parasolem kłopoty rozpryskują się dookoła, jak koraliki ze szkatułki młodszej siostry, przypadkiem strąconej z oparcia fotela. Tę największą kupkę nieszczęścia łatwo sprzątnąć, ale przez resztę życia nieraz będziesz znajdować zgubę gdzieś w zakamarkach siedziska i pod poduszką, przypadkiem na nią nadepniesz, a zdarzy się, że prześpisz się z nią, sam o tym nie wiedząc.

Choć ani Izgi, ani ja nie potrafiliśmy powiedzieć, jaki błąd popełniło to drugie, nasz związek rozpadł się tego lata. Tak to już w życiu bywa. Na pozór nie robisz nic złego, a i tak ponosisz klęskę. Było ciężko. Przyzwyczailem się do myśli, że Izgi będzie ostoją i centrum mojego nowego życia. I nigdy wcześniej nie musiałem zmagać się z rozstaniem bez pomocy niestrudzonego słuchacza, niewyczerpanego źródła otuchy, współczującego biesa: alkoholu.

Nie zacząłem pić i nie przestałem biegać, ale przed długimi, trzydziestoczerokilometrowymi biegami przez pięć mostów na Brooklynie, Mahnattanie i w Queens zakładałem ciemne okulary, by mijani ludzie nie widzieli, że płaczę.

Mishka Shubaly soczystym, dosadnym językiem opisuje swoje przegrane młodsze lata. „Alkohol jest uniwersalnym usprawiedliwieniem: jeśli go nadużywasz, zaczynasz sobie nim tłumaczyć każdy problem”. A problemów miał Shubaly niemało: wstręt do samego siebie, skłonność do autodestrukcji i pogarda dla trzeźwości. Gdy przypadkiem odkrywa, że bieganie pozwala ujarzmić demony skuteczniej niż burbon z górnej półki, stopniowo odwraca się od dotychczasowego życia i staje się kimś, kim nigdy być nie chciał: biegaczem... I to w dodatku biegaczem ultra.

**JEŚLI CHCESZ WIEDZIEĆ,
CO SIĘ STANIE,
GDY TRZYDZIESTOLETNI
ALKOHOLIK BEZ KONDYCJI,
ZA TO ZE SKŁONNOŚCIĄ
DO NARKOTYKÓW,
ZASMAKUJE W BIEGANIU,
KONIECZNIE PRZECZYTAJ
TĘ KSIĄŻKĘ.**

Bardzo długi bieg to świetny tytuł, bo zanim otworzymy książkę, już wiemy, że bohater nie będzie miał łatwo. I to nie z powodu picia i ćpania, ale dlatego że do celu, jakim jest życie bez nałogów, prowadzi tylko ciężka i żmudna praca. Nie ma cudów... i nie ma sekretnych sposobów na nagłe ozdrowienie. Jest codzienny trud, po którym przychodzi nagroda – odnalezienie własnej drogi. Mishce Shubalyowi udało się to dzięki bieganiu. Pisze o nim bez koloryzowania i dorabiania idei. *Bardzo długi bieg* to mocna książka dla tych, którzy nie lubią upiększania rzeczywistości.

*Łukasz Grass,
redaktor naczelny portalu Akademia Triathlonu*

Bardzo długi bieg to na pierwszy rzut oka historia typowa. Alkoholik rzuca po latach nałóg i traci głowę na punkcie biegania. Jak to często bywa w przypadku uzależnionych, szybko przechodzi od biegowego neofity do ultramaratończyka. Tyle że Mishka Shubaly nie robi z tego sensacji, nie napawa się swoimi biegowymi sukcesami i nie oczekuje braw za wyrwanie się ze szponów nałogu. Potrafi za to rozbawić do łez. Komediowych wstawek jest w jego książce całe mnóstwo. Podobnie jak upiornie trzeźwych porównań biegania do alkoholizmu. Shubaly nie owija w bawełnę, pisząc, że w obu przypadkach trzeba się nacierpieć. Konkluduje jednak przytomnie, że ultrapiecie lepiej zamienić na ultrabieganie.

*Paweł Januszewski i Krzysztof Łoniewski,
Program III Polskiego Radia*

Patronat:



ISBN 978-83-7579-345-1

