



**IWONA
GUZOWSKA**

NAJWAŻNIEJSZA DECYZJA

GALAKTYKA

IWONA GUZOWSKA

NAJWAŻNIEJSZA DECYZJA

G A L A K T Y K A

Tekst © Iwona Guzowska 2017
Copyright © Galaktyka sp. z o.o. 2017

90-644 Łódź, ul. Żeligowskiego 35/37
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: 978-83-7579-644-5

Redakcja: *Bogumiła Widła, Magdalena Ostrowska-Dołęgowska*
Redakcja techniczna: *Marta Sobczak-Proga*
Korekta: *Monika Ulatowska*
Redaktor prowadzący: *Marek Janiak*

Rysunki: *Iwona Guzowska*
Fotografia na pierwszej stronie okładki: *Szymon Szcześniak*
Fotografia na czwartej stronie okładki: *Adam Kokot*
Fotografie na stronach 83, 86 (na górze), 95, 99, 100,
180, 194, 218 (na dole): *Kosycarz Foto Press*
Fotografia na stronie 179: *Sportainment*
Pozostałe fotografie pochodzą z archiwum prywatnego autorki

Projekt okładki: *Magdalena Mamajek-Mich*
Skład: *Garamond*
Druk i oprawa: *OZGRAF S.A.*

Księgarnia internetowa!!!
Pełna informacja o ofercie, zapowiedziach i planach wydawniczych
Zapraszamy
www.galaktyka.com.pl
e-mail: info@galaktyka.com.pl; sekretariat@galaktyka.com.pl

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

Wszystkim, którzy kiedykolwiek zwątpili w siebie

SPIS TREŚCI

I od czego by tu zacząć? 9

Prolog 11

CZĘŚĆ I CÓRKA GORSZEGO BOGA I DZIECKO SZCZĘŚCIA

1. Niepotrzebny szczeniak 17

2. Dziwny smak strachu 20

3. Mała samotność 22

4. Rodzinne szczęście 25

5. Muszę być dzielna 27

6. Narodziny gwiazdy 31

7. Artystka 33

8. Chyba jestem już dorosła 38

9. Nie tak miało być 47

10. Z hukiem 60

CZĘŚĆ II NARODZINY WOJOWNICZKI

11. Najtrudniej jest zacząć 67

12. Marzenia – początek drogi do gwiazd 69

13. Niezłomny duch 74

14. Przez krew, przez ból, przez łzy... 79

15. Ostatnia prosta na szczyt 98

CZĘŚĆ III ŻYCIE, DROGA WOJOWNICZKI

16. Emocje z piekła rodem 113

17. Po dobrej stronie mocy 145

18. Tak po babsku 181

19. Trochę polityki 205

CZĘŚĆ IV MOJE SPOSOBY NA SZCZĘŚCIE

20. Ciało i dusza, nierozłączna para! 223

21. Wszystko, co dla ciała 225

22. I jeszcze więcej dla ducha 238

23. To proste – wystarczy pokochać siebie 246

Podziękowania 252

MUSZĘ BYĆ DZIELNA

Był ciepły, słoneczny sierpień. Młodszy brat Kamili pojechał ze swoim chrzestnym i jego rodziną na kemping, a mama od dwóch tygodni leżała w szpitalu. Co jakiś czas musiała iść tam na cały miesiąc, żeby leczyć łuszczycę. Kamilka odwiedzała ją w wyznaczone dni. Najczęściej w pojedynkę, bo w ciągu dnia tata był w pracy, a po pracy... często już nie nadawał się do czegokolwiek. Na oddziale dla chorych na łuszczycę wszędzie śmierdziało dziegciem i siarką od maści, którymi od stóp do głów wysmarowani byli pacjenci. Mama też. Włosy miała tłusciutkie, na sobie poplamioną szpitalną piżamę i taki sam szlafrok. Wyglądała marnie, ale była uśmiechnięta i tryskała energią. Martwiła się jedynie o to, jak sobie radzą we dwójkę z tatą.

Za każdym razem mama pytała Kamilkę, czy tata chodzi pijany. Córka kłamała, że nie. Nie chciała przysparzać mamie dodatkowych trosk, ale marzyła, żeby jak najszybciej wróciła do domu.

Poprzedniego dnia Kamilka bardzo się bała. Tata wrócił z pracy i zabrał ją autobusem na Przymorze. Nie miała pojęcia po co. Powiedział, że musi się z kimś spotkać, ale to nie miało potrwać długo. Z przystanku przeszli na jedno z blokowisk. Ojciec posadził córkę na huśtawce i powiedział:



– Kamilko, idę do tej klatki. – Pokazał palcem. – Zaraz wrócę. Czekaaj tu na mnie i się pobaw. Nigdzie nie odchodź.

Zniknął za drzwiami klatki czteropiętrowego budynku bardzo podobnego do tego, w którym mieszkali. Tego dnia było ciepło, słońce przyjemnie grzało, dziewczynka huśtała się beztrudnie. Czas mijał, coraz mniej ludzi chodziło uliczkami, a taty nie było. Kamila nie miała zegarka, więc nie wiedziała, ile czasu minęło od chwili, gdy tato poszedł do kolegi. Znudziła jej się huśtawka, poszła więc do piaskownicy. Była zupełnie sama na podwórku. Grzebała w piasku, lepila babki, ale nie wychodziły za dobrze, bo przecież nie miała ani wiaderka, ani łopatkę, ani foremek. Słońce powoli schodziło coraz niżej, więc nawet małe dziecko jak ona czuło, że robi się późno. Zaczęła się niepokoić. „A może tatuś już poszedł, a ja go nie zauważyłam?” – pomyślała. Wstała i pobiegła zobaczyć za blok, może tata jej szuka? Nie, nie szukał. Minęła jakiegoś przechodnia, wróciła do piaskownicy. Usiadła i wpatrywała się w drzwi klatki, do której wszedł ojciec. Zaczynała wpadać w panikę, do małej główki przychodziły różne myśli, że może tacie coś się stało, że ktoś go pobił, że może to jednak nie te drzwi. Tak bardzo chciało się jej płakać. Postanowiła jednak, że nie będzie ryczeć.

– Tataaaaa! Taaaataaaaa! – zaczęła wołać zupełnie tak samo jak wtedy, gdy biegnąc z koleżankami po podwórku, wołała mamę albo tatę, żeby rzucili kanapkę, bo przecież dzieciom szkoda było czasu na wdrapywanie się po schodach. Zazwyczaj po chwili któreś z rodziców zrzuciło z czwartego piętra kanapkę owiniętą w papier. Ależ to była frajda. Takie kanapki smakowały najlepiej na świecie.

Jednak tym razem Kamila była w obcym miejscu i nawet nie wiedziała, czy tato ją usłyszy. Zamiast głodu czuła znajome wywracanie się żołądka. Było jej niedobrze ze strachu. Z bezsilności w końcu zaczęła płakać. Siedmioletnia dziewczynka, której zgubił się ojciec, siedziała sama na pustym podwórku. Musiała być przerażona. Gdy otworzyły się drzwi klatki, wreszcie wyszedł z nich tato.

– Czemu płaczesz? – zapytał. – Jestem, pobędę tam jeszcze chwilę i zaraz pojedziemy do domu. Nie płacz, Kamilko, jutro coś ci kupię. Wrócę teraz do kolegi, ale niedługo przyjdę.

W nosie miała, czy jej coś kupi, czy nie. Najważniejsze, że jej nie zostawił, że był. Co prawda już trochę pijany, ale był. Uspokoiła się nieco i znowu poszła na huśtawkę. Już nawet się nie bujała, tylko siedziała, wpatrując się w te przekłete drzwi. Zapadał zmierzch. Niepokój zaczął znowu narastać. Teraz bała się zostać w tym obcym miejscu na noc, bo dotarło do niej, że nie jest to takie niemożliwe. Bardzo chciała wrócić do domu. Trzęsła się z zimna. Jednak nie ruszyła się ani na krok, czekała na ojca, który w końcu się pojawił. Szedł wężykiem, ledwie trzymając się na nogach.

– Chośś, iziemy na taryfę – wybełkotał.

Dziewczynka złapała tatę za rękę i poprowadziła w kierunku ulicy. Wypatrywała taksówki, bo nie była pewna, czy ojciec jest w stanie cokolwiek zobaczyć. Kiedy był pijany, robiły mu się takie małe oczy, a wzrok stawał się pusty i nieobecny.

Udało się! Jakiś taksówkarz w końcu się zatrzymał. Tata z trudem się wgramolił do środka, miał już obsikane spodnie. Kamili było strasznie wstyd. Podała adres i ruszyli. Gdy przemierzali ulice, była już spokojna. Wiedziała, że niedługo dojadą do domu. Kiedy dotarli na miejsce, było ciemno i wraz z taksówkarzem z ledwością dobudziła ojca. Wyjęła pieniądze z jego kieszeni i podała kierowcy.

– Pomóc ci, mała? – zapytał.

– Nie, nie szeba, porazimy sobie – odparł zalany w trupa tatuś. Jakimś cudem wypelzł z samochodu i tylko dzięki córce udało mu się przejść dziesięć metrów chodnika. Wtoczył się do klatki, robiąc niesamowity rumor. Na schody wchodził na czworakach. Na którymś z półpięter stoczył się w dół. Spadły mu okulary. Zrozpaczona, przerażona, ale i wściekła ze wstydu siedmiolatka wciągała ojca z powrotem do góry.

Ojciec padł w ubraniu na łóżko i tak już został do rana. Głodna i potwornie zmęczona Kamila włożyła tylko piżamkę i też poszła spać.

Nie była to jej wymarzona przygoda. Nie chciała też, aby kiedykolwiek się powtórzyła, chociaż w głębi duszy wiedziała, że jest to niestety więcej niż pewne.

NIE TAK MIAŁO BYĆ

Co rano o siódmej piętnaście Kamila wsiadała do tramwaju, którym dojeżdżała do liceum. Jeżeli szykowały się sprawdzian lub kartkówka, uczyła się po drodze. Krótkie, ale świeże przypomnienie materiału zawsze przynosiło dobry skutek. Tego dnia była kartkówka z biologii. Świetnie sobie poradziła i dzień w szkole szybko zleciał. Po południu Kamila pobiegła do swojej najlepszej koleżanki. Prawie nigdy nie spotykały się u Kamili w domu. Mówiąc najdelikatniej, nie było warunków.

U Margo zawsze było czysto i cicho. Siedziały w kuchni, jadły kanapki z żółtym serem, świeżym ogórkiem, paplały o życiu, szkole i chłopakach. Słuchały też muzyki. To właśnie u niej po raz pierwszy słuchała The Cure. Obie uwielbiały Depeche Mode, w odróżnieniu od innych nastolatek szalejących za Modern Talking czy Kylie Minouge.

Kamila starała się wymykać od przyjaciółki, zanim wracali jej rodzice. Niespecjalnie życzyli sobie, by ich śliczna i mądra córka zadawała się z dzieckiem pijaka. Uważali, że dziewczyna z bloku naprzeciwko ma zły wpływ na Margaretę. Koleżanka Kamili miała starszą siostrę, która studiowała medycynę, chociaż marzyła o czymś zupełnie innym. Becia nie miała tyle odwagi, co młodsza siostra i uległa rodzicom. Nigdy też nie zdarzyło się jej im odpyskować. Za to Margo owszem. Oj, miała dziewczyna charak-

ter. Z jednej strony grzeczna, ułożona, a z drugiej mała diablica potrafiąca walczyć o swoje. I właśnie za tę część charakteru córki rodzice obwiniali Kamilę. Nie przyszło im do głowy, że Margaretta dorastając, stała się całkiem niezależną osobowością. Kamila zawsze uważała, że rodzice wspianiale wychowali Margo. W głębi duszy marzyła o tym, by mieć taki dom jak przyjaciółka. I była wdzięczna za to, że mimo sprzeciwu rodziców Margaretta nie rezygnowała z ich znajomości. Traktowała Kamilę z szacunkiem, zwracała się jej, radziła w różnych sprawach. Gdy Margo było źle, dzwoniła po Kamilę. Rozmawiały, śmiały się i płakały, słuchając płyt Urszuli do białego rana.

Jednak tego dnia Kamila czuła wewnętrzny niepokój. Coś jej podpowiadało, że powinna wrócić do domu. Była pewna, że to po prostu chęć uniknięcia spotkania rodziców Margo. Chwilę po siedemnastej wspinała się już po dwa stopnie na czwarte piętro. Błyskawicznie dotarła na górę i nacisnęła klamkę. Drzwi nie były zamknięte na klucz, więc od razu weszła do mieszkania. Widok, który zastała, zmroził jej krew w żyłach. Niedopity ojciec dusił mamę. Matka była bladolina, z jej gardła wydobywał się charkot.

Kamila nie wiedziała, jak znalazła się na ojcu, który teraz leżał na dywanie. Okładała go pięściami z siłą, o jaką nigdy by siebie nie podejrzewała. I nie bardzo pamiętała, jak udało mu się wyswobodzić i uciec z domu. Mama siedziała i płacząc, trzymała się za szyję. Przytuliła ją.

– Chciał pieniędzy na wódkę – szlochała mama. – A ja naprawdę nie mam, przecież dałabym mu dla świętego spokoju.

– Nic ci nie jest, mam? – zapytała roztrzęsiona nastolatka.

Długo nie mogła się uspokoić po tym zdarzeniu. Pomijając dziecięce przepychanki z bratem, Kamila nigdy w życiu nie podniosła na nikogo ręki. I nigdy nie sądziła, że uderzy kogoś, kogo kocha. Targały nią sprzeczne uczucia. Z jednej strony poczuła się cholernie silna. Uratowała matkę. Wiedziała, że musiała tak zareagować i że gdyby wróciła do domu trochę później... Nie! Nawet nie chciała o tym myśleć. Z drugiej strony jednak czuła potworne przerażenie. Jak mogła uderzyć tatę? Najgorsze było jednak to, że rzuciła się na niego jak rozjuszony zwierzę, kompletnie nad sobą

nie panując. Każde uderzenie było jak pociągnięcie za spust, powodujące uwolnienie nagromadzonej potwornie złej energii. Była niczym diabeł ta-smański z kreskówki. Tylko to nie wywoływało ani cienia uśmiechu.

Ojciec pojawił się po trzech dniach. Czuć od niego było resztki alkoholu, który musiał w siebie ostatnio wlewać. Przyniósł również zaświadczenie ze szpitala. Złamane trzy żebra. Nie, nie była z siebie dumna. Nie tak miało być. Ojciec był strasznie zaskoczony atakiem córki i zwyczajnie się na nią obraził. Nie pokazał jednak skruchy za to, co zrobił mamie, i dlatego w tamtym momencie Kamila ani trochę nie żałowała swojego zachowania. Wiedziała, że w tej sytuacji nie mogli liczyć na pomoc z żadnej strony. Sąsiedzi przyzwyczajeni byli do powtarzających się awantur i reagowali tylko wtedy, kiedy było już naprawdę głośno – ale tylko po to, by w spokoju oglądać telewizję.

Od tego czasu tata Kamili nigdy więcej nie spróbował podnieść ręki na swoją żonę. Rodzice coraz mniej się kłócili, a mama i dzieci nie musieli już uciekać po nocach z domu, tak jak się do tej pory zdarzało.

Było strasznie gorąco. Kamila jechała zatoczonym tramwajem, siedząc na kolanach swojego chłopaka. Poznali się rok wcześniej. Nie było im do śmiechu. Okres spóźniał się dziewczynie, więc było jasne, czego mogą się spodziewać. Cięża. Ostatnia rzecz, jaka była jej teraz potrzebna. Przecież jeszcze się uczyła, zaraz miała zacząć czwartą klasę liceum. I co powie mamie, której przecież życie nie oszczędza? Jak spojrzy w oczy koleżankom? Rodzice Margaretty zyskają tylko potwierdzenie, że nie jest warta przyjaźni z ich córką. Z czego utrzyma dziecko?

– A jeśli jestem w ciąży, co zrobimy? – zapytała Krzyśka.

– On mi tego nie robi na urodziny. – Usłyszała w odpowiedzi.

„Kto, do ciężkiej cholery?” – pomyślała. „Bóg?”.

– Czy ty zwariowałaś? – rzuciła zrozpaczona postawą chłopaka. Był starszy od Kamy o dwa lata, a czasem miała wrażenie, że jest młodszy o osiem. Nie mogła uwierzyć w to, co wygadywał. Jak w tym wieku można wierzyć w dobre wróżki?

Poznali się rok wcześniej w klubie Stoczniowiec. Niewysoki chłopak, świetnie rozciągnięty, kopał pod niebo wcale nie gorzej niż amerykańskie

gwiazdy filmowe. Był drugim trenerem i często, w zastępstwie mistrza, który wyjechał za granicę, prowadził treningi taekwondo, na które namówiła Kamilę Margaretka. Krzysiek wydawał się skromny i nieśmiały. Miesiącami wodził nieprzytomnym wzrokiem za Kamilą, ucząc ją techniki koreańskiej sztuki walki. Chwalił za błyskawiczne postępy, często zostawał po treningu, niby po to, żeby jeszcze ją podszkolić, a tak naprawdę chciał spędzać z nią jak najwięcej czasu sam na sam. Zbliżyli się do siebie i – co było do przewidzenia – zaczęli się spotykać. Był pierwszym prawdziwym chłopakiem w jej nastoletnim życiu.

Niedojrzały ukochany odprowadził Kamilę do domu. Położyła się i po raz pierwszy zaczęła bardzo poważnie myśleć o tym, co może zrobić. Wpadło jej do głowy jedyne słuszne rozwiązanie. Skoro jest problem – trzeba się go pozbyć. Usunięcie nieplanowanej ciąży wydawało się jedynym wyjściem z tej sytuacji.

Na drugi dzień podzieliła się swoim postanowieniem ze współsprawcą ciąży. Uznał, że skoro Kamila tak zdecydowała, to tak musi być.

– Załatwię pieniądze, nie martw się – powiedział.

Umówiła się na pierwszą w życiu wizytę u ginekologa. Zadzwoiła pod numer z ogłoszenia w gazecie i pojechała. Lekarz jedynie potwierdził to, co bez badania siedemnastolatka i tak wiedziała. Zapytała, czy jest możliwość usunięcia ciąży.

– Tak. Tylko trzeba zrobić to jak najszybciej, bo zaraz zacznie się trzeci miesiąc – odparł lekarz.

Ustaliła z nim datę zabiegu, dowiedziała się, ile pieniędzy będzie potrzebowała, i wyszła.

Nie tak miała zacząć swoje dorosłe życie.

Kilka dni później wieczorem jechała do szpitala. Krzysiek dał jej pieniądze, ale wcześniej kilkakrotnie pytał, czy jest pewna, że tego chce. Siedział z nią w tramwaju, trzymał za rękę. Kamila gapiła się w okno. Nie chciało jej się ani myśleć, ani gadać.

Na ułamek sekundy oderwała wzrok od widoku za oknem i spojrzała na dłoń swojego chłopaka. Pod skórą było widać pulsujące żyły. Nagle Kamila

poczuła coś dziwnego. Pewna myśl przeszła jej umysł jak piorun. Uświadomiła sobie, że nosi w sobie życie. Malutkiego człowieczka, któremu już najprawdopodobniej mocno bije serduszko. Tramwaj zbliżał się do przystanku, na którym miała wysiąść. Sama, bo tak chciała. Szybko pożegnała się z Krzyśkiem.

Stała przed wejściem do gabinetu. Nawet nie poczuła, kiedy z jej oczu pociekły łzy wielkie jak groch. Odwróciła się na pięcie i uciekła. Biegła, aż zabrakło jej tchu. Zdyszana i zapłakana usiadła na odrapanej ławce. Ulga i absolutna pewność, że podjęła najlepszą decyzję w życiu, były silniejsze niż strach przed przyszłością. Po raz pierwszy, odkąd dowiedziała się, że jest w ciąży, uśmiechnęła się na tę myśl.

Rodzina Kamili o tym, że się powiększy, dowiadywała się stopniowo. Pierwszy był brat.

Pewnego wieczoru, jakieś dwa miesiące po ucieczce sprzed drzwi gabinetu, gdy leżeli już w łóżkach, zagadnęła go.

– Śpisz?

– Nie, a co, siostra? – zapytał.

– Będiesz wujkiem – walnęła prosto z mostu, przyprawiając brata o prawdziwy szok. – Chodź szybko, poczujesz, jak się rusza! – dodała, nie dając mu czasu na jakiegokolwiek pytania. Chłopak wstał z łóżka i z niedowierzaniem położył dłoń na brzuchu siostry. Małeństwo wierzgnęło, potwierdzając słowa Kamili.

– Rodzice wiedzą? – dociekał z uśmiechem nadal zszokowany brat.

– Nie... i zupełnie nie mam pojęcia, jak im to powiedzieć – odparła Kamila.

Rzeczywiście nie wiedziała, jak ma przekazać mamie informację o tym, że ta zostanie babcią, więc czekała na odpowiedni moment. Pojawił się sam.

– Córciu, czy ty przypadkiem nie jesteś w ciąży? – zapytała któregoś dnia mama, wprawiając Kamilę w totalne osłupienie. Ale tylko zaczęła się nerwowo śmiać. Mama nawet nie potrzebowała odpowiedzi, już wszystko wiedziała. Nic nie umknie czujnemu oku kochającej matki.

Przytuliła córkę i zapewniła, że sobie poradzą.

PO DOBREJ STRONIE MOCY

Tak po prostu... radość!

Druga trzydzieści w nocy. Wstałam i po omacku pozbierałam swoje rzeczy. Usłyszałam, że kilka osób krzątało się tak samo jak ja, ale było tak ciemno, że nic nie widziałam. Trafiłam do drzwi, za którymi wreszcie pojawiło się jakieś światło. Zeszłam na dół. Spartańska stołówka była już pełna. Jedni pili kawę, inni herbatę. Wszyscy, może poza przewodnikami, byli podniekcytowani, bo przecież każdego czekała wielka przygoda. Razem z Dori Ruano, mistrzynią świata w kolarstwie szosowym, moją partnerką na czas wyprawy, śmiałyśmy się, wpychając w siebie miniposilek, który właściwie można by nazwać śniadaniem, i czekałyśmy na swoją kolej. Pojawił się Ricardo, nasz przewodnik.

– *Okay, girls, are you ready to go?*¹⁹ – Pytanie było retoryczne, bo doskonale wiedział, że nie możemy się doczekać.

– *Si!* – rzuciła Dori, a ja przytaknęłam z wielkim bananem na gębie.

– *We are going in five minutes from now*²⁰. – Otrzymałyśmy precyzyjną informację. Natychmiast podniosłyśmy tyłki i zeszłyśmy na dół. Sprzęt już

¹⁹ No, dobra, dziewczyny, gotowe na wyprawę? (ang.)

²⁰ Ruszamy za pięć minut (ang.)

na nas czekał, wystarczyło go tylko założyć. Ricardo sprawdził, czy dobrze pozapinałyśmy raki, upewnił się, że mamy wszystko, co potrzebne, spiął nas liną i otworzył drzwi schroniska.

Weszliśmy na wydeptaną w zmrożonym śniegu ścieżkę, na której ledwie mieściła się jedna osoba, więc poruszaliśmy się gęsiego. Przeszliśmy wzdłuż całe schronisko i weszliśmy na szlak.

„Cholera jasna!” – pomyślałam w tej samej sekundzie, w której z impetem uderzył we mnie podmuch wiatru. I to był moment, w którym chyba dopiero na dobre się obudziłam.

Po kilkudziesięciu metrach, gdy zostawiliśmy za sobą Goûter, zaczęła się prawdziwa wspinaczka.

Było tak ciemno, że gdyby nie kilka grup, które wyszły przed nami, nie widziałabym, dokąd idziemy. Dzięki migającym w oddali światełkom z czo-



Jedno z ostatnich podejść na Mont Blanc

łówek dojrzałam drogę na szczyt. Śnieg był głęboki, więc musieliśmy stosunkowo wysoko podnosić buty uzbrojone w raki, żeby nie wywinąć orła, przypadkiem zahaczając o zmrożone grudy. Moje wyobrażenie o ciemnościach w górach okazało się zgoła odmienne od rzeczywistości. Byłam pewna, że tam, gdzie jest tyle śniegu i lodu, musi być jasno nawet w nocy. Nic bardziej mylnego. Określenie „egipskie ciemności” jak ulał pasują do gór nocą. Nasza trójka posuwała się sprawnie, przegoniliśmy kilka grup. Im bardziej strome robiło się podejście, tym bardziej odczuwałam, że idziemy szybko. Za szybko. Łapałam powietrze jak ryba wyciągnięta z wody. Tak, teraz czułam, że tlenu jest znacznie mniej niż na dole.

Boczny wiatr był zimny i bardzo silny, dawał się nam trochę we znaki. Po godzinnej wspinaczce byłam dosłownie mokra od potu, a cel naszej podróży ledwie rysował się przed nami. Mont Blanc. Stawiając stopy jedną



Droga na Mont Blanc nie była łatwa



Na szczycie Mont Blanc świat dosłownie leżał u moich stóp

przed drugą, skupiłam się na rytmie. Starłam się oddychać miarowo, co udawało się, dopóki nie musiałam sięgnąć po chusteczkę do nosa. Każdy dodatkowy ruch powodował natychmiastową zadyszkę. Ciekawe doświadczenie. Co kilkadziesiąt metrów zatrzymywaliśmy się na chwilę na wyrównanie oddechu, po czym wspinaliśmy się dalej. Kiedy wreszcie mieliśmy za sobą najbardziej strome podejście i weszliśmy na lekkie wypłaszczenie, zaczęło świtać. Ciemność rozpięczała się błyskawicznie, odsłaniając zapierający dech w piersiach widok. Szczyt był coraz bliżej, a spod naszych stóp dosłownie wschodziło słońce. Trzeszczący śnieg iskrzył się w pierwszych, złotych promieniach. Trzydzieści metrów przed Mont Blanc Dori powiedziała, że chyba się zaraz rozplącze. A ja już miałam łzy w oczach!

Ricardo wprowadził nas na Mont Blanc. Stałam na samym końcu szczytu. Obracałam się powolutku, żeby zobaczyć całą panoramę. Tak pew-



Z Dori Ruano na Mont Blanc

nie wygląda raj zimą. Wyłaniające się szczyty, okryte białobłękitnym śniegiem, skąpane w bezmiarze intensywnego błękitu to piękno w najczystszej postaci. Nie, nie ma słów, które mogłyby oddać moje wzruszenie i radość tak głęboką jak Rów Mariański! Pierwszy raz w życiu u stóp miałam cały świat! Dosłownie! Bywałam w górach wiele razy, ale nie widziałam dotąd czegoś tak pięknego. Dori ryczała jak bóbr, a ja uśmiechałam się szczęśliwa. Radość i oszałamiający spokój, których doświadczyłam na szczycie, były ogromne!

Udało mi się zrobić kilka zdjęć telefonem komórkowym, który – o dziwo – nie zamarzł. Za każdym razem, kiedy do nich wracam, czuję tę samą czystą, głęboką radość. Właśnie złapałam się na tym, że siedzę i się uśmiecham, a w oczach mam łzy.

Wejście na Mont Blanc było jedną z najpiękniejszych przygód. Radość, której zaznałam, stojąc tam, na wysokości czterech tysięcy osmiuset ośmiu

metrów, zostanie we mnie na zawsze. Przyznaję, to było coś wyjątkowego. Jednak czuję się całkiem podobnie, kiedy kwitną w domu storczyki, które od miesięcy nie dawały znaku życia, lub gdy patrzę na szalone zabawy naszych kotów.

Radość, którą czerpię z bycia wśród bliskich, jest dla mnie najlepszą energią dla nadwątlonych codzienną gonitwą baterii. Wiadomość od syna, że świetnie poszedł mu egzamin, czy krótkie „kocham cię” potrafią zdziałać cuda. Zwłaszcza w trudnych momentach.

Ostatnio musiałam podjąć niełatwą decyzję. Kopałam się z dylematem, przez co budziłam się o trzeciej, czwartej nad ranem, nie mogąc ujarzmić natrętnych, niezbyt przyjemnych myśli.

Co rano więc siadałam do medytacji (staram się robić to każdego ranka), uspokajałam umysł po to, by później móc znaleźć sensowne rozwiązanie. I kiedy mój mózg wreszcie się poddawał, do uszu dotarły dźwięki zza uchylonego okna, gdzie koncertowały w najlepsze ptaki, wywołując mój uśmiech. Gdy otworzyłam oczy, spojrzałam na zielone drzewa. Poczułam upragniony spokój. Problem owszem, nadal istniał, ale nie był w stanie odebrać mi pogody ducha, bo w sercu zrobiłam wystarczająco dużo miejsca na dobre uczucia i pozytywne myśli.

W końcu podjęłam decyzję o zawieszeniu projektu, który realizowałam, w który sporo zainwestowałam i po którym spodziewałam się sukcesu. I wiesz co? Nic strasznego się nie stało.

Czasem po prostu trzeba zrobić krok w tył. W takich chwilach czysta wewnętrzna radość i spokój sprawiają, że łatwiej znosić porażki.

Wystarczy pogrzebać w najpiękniejszych wspomnieniach i sięgnąć po energię, która jest w nich na zawsze. Zdziwisz się, jak szybko przyciągnie coś dobrego i radosnego.

Kiedy kończyłam walki, czasem czułam satysfakcję, a czasem niedosyt. Zdarzyło się, że nawet zezłościłam się na siebie, bo walka była byle jaka. Po ogłoszeniu werdyktu przeważnie czułam wielką radość. Jednak najbardziej cieszył mnie po zwycięstwie zasłużony odpoczynek z tymi, których kocham.

Radość znajduję prawie wszędzie. Być może przyciągam ją do siebie jak magnes? Być może.

Mam mnóstwo wspomnień, które są swoistymi magazynami dobrej energii i radości. I wcale nie były to chwile, w których święciłam triumfy w ringu.

Życie samo w sobie jest wspaniałe. Nie trzeba być mistrzem świata, aby po prostu być szczęśliwym człowiekiem i doświadczać największych radości.

Oto najlepszy przykład. Szóstego lipca 2013 roku stałam zamyślona na górze, pod którą chwilę wcześniej się wdrapywałam, wychodząc z zimnej wody. Kilkanaście kilometrów od Frankfurtu nad Menem, nad Langener Waldsee za niespełna siedemnaście godzin miała się rozpocząć jedna z najwspanialszych przygód mojego życia. Zawodnicy z całego świata kręcili się jak mrówki. Jedni wchodzili do wody, żeby ją poczuć i się rozpuścić, inni z niej wychodzili. Gorące powietrze było przesiąknięte adrenaliną. Patrząc na tafle szmaragdowej wody, zastanawiałam się nad tym, jak przepłynę te cholerne cztery kilometry. Przecież nigdy wcześniej tego nie robiłam. Zupełnie nie martwiłam się resztą dystansu, bo wiedziałam, że dam radę pokonać etap rowerowy i przebiec maraton. To przez czekające mnie pływanie czułam się nieco niepewnie, co dodatkowo podkręcało moją ekscytację. Z rozmyślenia wyrwał mnie widok pary, która właśnie stanęła obok mnie. Państwo około sześćdziesiątki. Rozmawiali po angielsku. Byli odprężeni i uśmiechnięci. Aż miło było na nich popatrzeć. Kobieta spojrzała na mnie i uśmiechnęła się szeroko. Odpowiedziałam uśmiechem. Zaczęliśmy rozmawiać. Dopiero wtedy zauważyłam, że na nadgarstkach mają identyczne opaski jak ja. „O rany, oni też jutro będą startować!” – pomyślałam.

– *Is it your first time?*²¹ – zapytała mnie kobieta.

– *Yes, and I'm a little nervous or even scared*²² – odparłam.

Oboje zaczęli się serdecznie śmiać. Kobieta położyła mi dłoń na ramieniu.

– *Don't worry! Tomorrow enjoy every single minute of the race. I assure you, it will be the most beautiful Ironman ever because the first can happen only once in a lifetime*²³ – powiedziała.

²¹ To twój pierwszy raz? (ang.)

²² Tak, i trochę się denerwuję, a nawet jestem przerażona (ang.)

²³ Nie martw się! A jutro ciesz się każdą minutą wyścigu. Zapewniam cię, że będzie to twój najpiękniejszy Ironman, bo pierwszy raz zdarza się tylko raz w życiu (ang.)



W jednej trzeciej jestem już Ironmanem



Skąd mogłam wiedzieć, że kiedyś będę triatlonistką...

Uścisnęli mnie serdecznie, pożegnaliśmy się i życzyliśmy sobie powodzenia. Para z Nowej Zelandii miała na koncie dwadzieścia trzy (!!!) wspólne starty na zawodach Ironman. Nawet nie pytałam, ile zaliczyli osobno, a z pewnością było ich sporo.

Nazajutrz wstałam zgodnie z planem, na zegarku była czwarta piętnaście. Nigdy nie budziłam się o takiej bandyckiej godzinie z taką radością jak tego dnia. Śniadanie w postaci jednej kromki chleba z nutellą to było wszystko, co zdołałam w siebie wcisnąć. Stres zaczął się budzić! Sprawdziłam, czy wszystko mam, głównie bidony z izo i żele, po czym ruszyłam na autobus. Wszędzie byli triatloniści. Kiedy dotarłam na miejsce startu, od razu podszedł do mnie wolontariusz i zaprowadził do strefy zmian. Mój rower wisiał sobie spokojnie, opony były idealnie napompowane. Włożyłam bidony do koszyków, przykleiłam żele na ramę roweru i czas było ubierać się w piankę.

Weszłam do chłodnej wody, która po pierwszym zanurzeniu strużkami wdzierała się pod piankę. Teraz już na pewno byłam rozbudzona! Popłynęłam na koniec linii sterzących jak szałwicy ludzików w czerwonych czepkach. Trzy tysiące zawodniczek i zawodników z całego świata – to ro-



Na trasie rowerowej atmosfera była naprawdę gorąca

biło wrażenie. Dryfowałam w bezpiecznej odległości od tłumu, czekając na godzinę zero. Równo o siódmej padł strzał. I się zaczęło! Wszyscy jak szaleni ruszyli do przodu – zrobiła się słynna pralka. Ręka, noga, głowa. Ktoś komuś wpłynął na plecy, ktoś kogoś kopnął w głowę. Byle do przodu. Płynęłam z boku, bezpieczna. Kontrolowałam trasę oznaczoną świetnie ustawionymi bojkami. Złapałam rytm i nic już się nie liczyło. Byłam tylko ja i mój Ironman. Gdy dotarłam do końca dystansu pływackiego, wybiegłam z wody i zaczęłam wchodzić pod stromą górkę, na której kilkanaście godzin wcześniej stałam, zastanawiając się, czy dam radę.

„Ha! Jestem w jednej trzeciej Ironmanem!” – pomyślałam i od razu na mojej gębie pojawił się ogromny uśmiech. Bez problemu znalazłam swój worek w strefie zmian i bez specjalnego pośpiechu zaczęłam się rozbierać z pianki. Założyłam buty kolarskie, kask i poleciałam po rower. Czułam się fantastycz-



Taka energia niosta mnie na metę zawodów Ironman, Frankfurt, 7 lipca 2013

nie! Pływanie było przyjemne, co uświadomiłam sobie z pewnym zaskoczeniem. Wcale nie byłam zmęczona! I dzięki Bogu, bo miałam do pokonania jeszcze dwieście dwadzieścia dwa kilometry. Przepęłniała mnie radość.

Pierwsza, dziewięćdziesięciokilometrowa pętla minęła błyskawicznie. Niebo było bezchmurne, a słońce grzało niemiłosiernie. Ostatni, stromy podjazd. Z trudem wjechałam w szpaler kibiców.

Nie, niemożliwe. Nie wierzyłam własnym oczom. Obok mnie biegł gość odziany w jaskrawozielone wdzianko a'la Borat. Na nogach miał skarpety i oczywiście sandały.

Iwona, go... go... go! – krzyczał do mnie, pokazując prawie goły tyłek. Wiedział, jak mam na imię, bo jak i u innych zawodników widniało na numerze startowym. Prawie spadłam z roweru, gdyż mięśnie piekły z wysiłku, w płucach brakowało powietrza, ale ja dusiłam się... ze śmiechu!

Druga pętla była trudniejsza. Podczas przejazdu przez jedną z miejscowości zobaczyłam na elektronicznym wyświetlaczu temperaturę powietrza: czterdzieści dwa stopnie Celsjusza. Przecież to istne piekło. Uśmiechnęłam się tylko do siebie i jechałam dalej. Przemierzając niemieckie drogi, podziwiałam widoki. Naprawdę cieszyłam się każdą minutą tego wyścigu. Przy sto sześćdziesiątym kilometrze bolał mnie już tyłek i cisnęły buty. Twarde, karbonowe podeszwy dobrze trzymają stopę, ale gdy spuchnie, nie pomagają. Zjeżdżałam w stronę Frankfurtu, którego wysokie, nowoczesne budowle majaczyły już na horyzoncie. Na ich widok powiedziałam do siebie na głos: „No, Guzol, jeszcze kilkanaście minut i wreszcie pobiegiesz maraton!”.

Rozbawiłam samą siebie. Kiedy uświadomiłam sobie, że niektórzy mieszkańcami przygotowują się do tego, aby „tylko” przebiec maraton, a ja po przepłynięciu czterech kilometrów i przejechaniu stu osiemdziesięciu kilometrów na rowerze nie mogę się doczekać, aby stanąć na czterdziestodwukilometrowej trasie biegu, parsknęłam śmiechem.

„Nie, nie jesteś normalna!” – stwierdziłam głośno. To gadanie do siebie było i zabawne, i pomocne. W chwilach kryzysu zawsze mówiłam do siebie na głos. A to się motywowałam, a to nabijałam sama z siebie i jakoś szło. Dotarłam na ostatnią strefę zmian. Ktoś przejął mój rower i pokierował do namiotu. Znalazłam worek ze swoim numerem. Usiadłam na ławeczce,

łapczywie napiłam się z bidonu, zjadłam wstrętny i okropnie słodki żel. Z rozkoszą zdjęłam kolarskie buty. Wrzuciłam wszystko byle jak do worka i wstałam, by ruszyć na bieg.

O rany! Nie wiedziałam, że mam takie wygodne buty do biegania! Jakie mięciutkie... ile w nich miejsca na stopy... jejku! Pierwsze kroki były taką rozkoszą, że nawet nie jestem w stanie tego opisać.

Mniej więcej dwa kilometry później zobaczyłam wśród kibiców swojego syna i jego dziewczynę. To był najwspanialszy widok na świecie! Wojtek krzyczał, biegnąc wzdłuż barierki:

– Jak się czujesz, mama? Wszystko dobrze? Dajesz radę, bo Guzole są najlepsze!

– Wszystko dobrze, kawki bym się napiła! Kocham cię! – odpowiedziałam, biegnąc.

Trasa maratonu składała się z czterech dziesięcioipółkilometrowych pętli i przebiegała wzdłuż Menu. Pierwsza pętla minęła jak burza, do mety zostało już tylko trzydzieści jeden kilometrów i siedemset metrów. Po drodze dostałam od syna kawkę! Jakoś mi ją przemycił. Była wyśmienita! Z lodem i bez cukru! Mniem. Przy dziesiętnastym kilometrze w moim brzuchu zaczęła się istna rewolucja. Po minięciu dwudziestego drugiego stwierdziłam, że sytuacja jest opanowana i skoro półmaraton mam już za sobą, to spokojnie dobiegnę do mety. I prawie się udało! Trzydziesty pierwszy kilometr... i dziękowałam Bogu, że to był właśnie w tym miejscu.

Upał, wysiłek, słodkie żele energetyczne, wszystko to sprawiło, że organizm zwariował. Po spędzeniu dłuższej chwili w plastikowym kiblu wróciłam na trasę. Znowu musiałam wyprzedzać tych, których ładnych kilka kilometrów temu już mijałam. Ale to nic! Pomimo wyczerpania gęba nadal się śmiała, bo wiedziałam, że jestem blisko celu i nie ma siły, która byłaby w stanie mnie zatrzymać.

Na ostatnim nawrocie dostałam frotkę potwierdzającą zaliczenie czwartej pętli. Do mety zostały mi niespełna cztery kilometry. Miałam jeszcze tyle siły, żeby przyspieszyć. Skręciłam z promenady i już zmierzałam na rynek. Ostatnich kilkaset metrów... wykładzina z logo Ironmana, na którą



I kto jest prawdziwym Ironmanem?!

wbiegłam była o niebo lepsza od czerwonych dywanów na oskarowych galach i balach królewskich razem wziętych!

To, co się wtedy ze mną stało, nawet teraz przyprawia mnie o dreszcze. Usłyszałam kibiców i konferansjera witających kolejnych zawodników. Kilkadziesiąt metrów przede mną nie było nikogo, wbiegałam samotnie na metę.

Uniosłam ręce do góry w geście zwycięstwa, ciarki miałam na całym ciele. Biegłam, jednocześnie śmiejąc się i płacząc ze wzruszenia, wrzeszczałam: „JEEEEEEEEEEEEEE!!!! JEEEEEEEEEEEEEE!!!!”.

Bo właśnie cały świat usłyszał to co ja:

Iwona! You are an Ironman!!!!

Miałam w sobie tyle energii, że mogłabym zasilić prądem małą wioskę. Spełniłam swoje niewyobrażalne marzenie. Na mecie stał Wojtek z Martą. Podał mi plastikową maskę (dostałam ją pięć miesięcy wcześniej na urodziny od serdecznych przyjaciół, Justyny i Michała) marvelowskiego bohatera Iron Mana. Założyłam ją i tak poszłam na ściankę do pamiątkowego zdjęcia. Za linią mety odpoczywali zawodnicy. Niektórzy ledwie żywi leżeli pod kroplówkami w ogromnym namiocie. Inni siedzieli na krawężnikach albo zwyczajnie pokładali się na ziemi. Ja się czułam jak kosmitka. Nie było osoby, która nie uśmiechnęłaby się na widok mnie w tej masce. Nawet największe zdechlaki znajdowały wystarczająco dużo siły, by się wyszczerzyć. Rozpierała mnie taka radość i duma, że chyba mogłabym pobiec jeszcze dwadzieścia kilometrów.

To, co powiedziała mi doświadczona nowozelandzka zawodniczka, było prawdą. Wyścig okazał się wspaniały i pomimo trudu każda jego minuta była przepełniona czystą radością.

Tak cudownie nie czułam się, gdy zdobywałam mistrzostwo świata w boksie zawodowym, a przecież tu byłam zaledwie trzydziesta dziewiąta w swojej kategorii wiekowej. Wynik nie miał żadnego znaczenia. Ważne było to, że zrobiłam coś wyjątkowego, wspaniałego i trudnego, a tym samym dołączyłam do wspaniałej rodziny Ironmana, czyli zostałam żelaznym człowiekiem! Nie wiem, czy uda mi się to powtórzyć, ale nawet wtedy, kiedy będę miała dwieście pięćdziesiąt sześć lat, wspomnienie tego wyczynu wywoła we mnie taką samą radość.

Sporo podróżuję, więc są okresy, kiedy w domu jestem tylko gościem. I tak jak przed większością wyjazdów czuję delikatną ekscytację, tak każdy powrót do domu jest dla mnie ogromną radością. Witające mnie na wejściu futrzaki, zapach domu, noc spędzona we własnym łóżku przy boku ukochanego męża czy kąpiel w wannie pełnej piany to radości, które mają dokładnie taką samą wartość jak te, które przeżywałam na Mont Blanc i na mecie Ironmana. Staram się o tym pamiętać i dlatego codziennie sprawiam sobie jakąś drobną przyjemność. Rano jest to kubek aromatycznej kawy, której zapach subtelnie rozplywa się po mieszkaniu. Kiedy jestem sama, włączam ulubioną muzykę albo przeciwnie – wyłączam wszystko, żeby grała mi cisza, i robię małą przerwę na... nic. Nawet piętnaście minut zatrzymania się w pędzie potrafi sprawić cuda. Zauważyłam, że kiedy skupiam się na tym, co dobre i radosne, jestem lepsza dla innych. Nie oczekuję niczego, nie czepiam się, nieprzyjemne słowa i czyny szybciej puszczam w niepamięć. Tak jest fajniej.

Radość można odnaleźć absolutnie wszędzie, wystarczy rozejrzeć się dookoła i uśmiechnąć na początek. Do siebie, do całego świata. Warto spróbować, to nic nie kosztuje ☺

Szacunek

Zostało zaledwie kilka godzin do ceremonii ważenia. Od rana wagę sprawdzałam już tyle razy, że nie powinnam mieć żadnych wątpliwości, iż wszystko jest w jak najlepszym porządku. Przez lata zbijania wagi, przymusowych głodówek, a nawet odwadniania nauczyłam się kontrolować masę tak, by więcej nie masakrować organizmu. Zdarzyło się, że kilka razy przez tydzień nie jadłam nic, trenując dwa razy dziennie. Popijałam niewielkie ilości wody i izotoniku, żeby nie paść. Teraz było inaczej. Doświadczenie i dojrzałość to ogromne zalety. Znałam swój organizm na pamięć, więc wiedziałam, że jest doskonale. Byłam lekka, szybka i dosłownie roznosiła mnie energia! Najbardziej mnie niepokoiło, a zarazem sprawiało, że nie mogłam się doczekać wieczora, spotkanie twarzą w twarz z przeciwniczką. Zderzenie dwóch energii zawsze było niesamowitym, wręcz mistycznym przeżyciem.

Jeśli wierzysz, że ci się uda, to masz rację. Musisz tylko dążyć niezłomnie do celu, pokonywać wszelkie trudności i własną słabość.

Najważniejsza decyzja to historia wojowniczkii, motywująca do wysiłku i wytrwałości, skłaniająca do wstania z kanapy i zawalczenia o swoje życie. Ale to też książka o tym, że warto się cieszyć z drobiazgów. Być tu i teraz, żyć uważnie. To opowieść prawdziwa i wciągająca, bo wyrastająca z niezwykłych doświadczeń. Nie pozwól, by przeszłość zdeterminowała resztę życia. Doceniaj to, co jest.

HANNA SAMSON
psycholożka i pisarka



CENA **44,90** zł
W TYM 5% VAT

www.galaktyka.com.pl

ISBN: 978-83-7579-644-5

PATRONI MEDIALNI

WP
wirtualna polska

Women'sHealth

SUKCES
PISANY SZMINKA

psychologia dla ciebie
sens

