



# MO FARAH

Sila ambiciji  
Autobiografia

Tytuł oryginalny: *Mo Farah. Twin Ambitions. My Autobiography*

Copyright © 2013 by Mo Farah

First published in Great Britain in 2013 by Hodder & Stoughton. All rights reserved.  
Pierwsze wydanie angielskie opublikowało w Wielkiej Brytanii w 2013 r. wydawnictwo  
Hodder & Stoughton. Wszelkie prawa zastrzeżone.

Prawa Mo Farah jako Autora niniejszego Dzieła wynikają z przepisów zawartych w Ustawie o prawie  
autorskim, projektach i patentach z 1988 roku (Copyright, Designs and Patents Act 1998).

WYDANIE POLSKIE

© for the Polish edition: Galaktyka Sp. z o.o., Łódź 2014

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](mailto:info@galaktyka.com.pl); [sekretariat@galaktyka.com.pl](mailto:sekretariat@galaktyka.com.pl)

[www.galaktyka.com.pl](http://www.galaktyka.com.pl)

ISBN: 978-83-7579-303-1

Zdjęcie na okładce: © *Tom Bunning*

Zdjęcie na czwartej stronie okładki: © *Hello!/Tony Ward*

Przekład: *Jacek Żulawnik*

Konsultacja: *Krzysztof Dołęgowski*

Redaktor prowadzący: *Marek Janiak*

Redakcja: *Elżbieta Derelkowska*

Redakcja techniczna: *Marta Sobczak*

Korekta: *Monika Ulatowska*

Projekt okładki: *Artur Nowakowski*

Skład: *Garamond, Łódź*

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

Księgarnia internetowa!!!

Pełna informacja o ofercie, zapowiedziach i planach wydawniczych

Zapraszamy

[www.galaktyka.com.pl](http://www.galaktyka.com.pl)

e-mail: [info@galaktyka.com.pl](mailto:info@galaktyka.com.pl); [sekretariat@galaktyka.com.pl](mailto: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.

# SPIS TREŚCI

Podziękowania .....	9
Podziękowania dla autorów zdjęć .....	11
Prolog: Najgłośniejszy zgiełk na świecie .....	13
1 Bliźniacze początki .....	15
2 Mechanik .....	21
3 Holandia, Anglia .....	31
4 Edukacja, część pierwsza .....	43
5 Strój arsenału .....	54
6 Kraina marzeń .....	67
7 Edukacja, część druga .....	80
8 Powrót .....	94
9 Jeść, spać, trenować, odpoczywać .....	107
10 Obóz .....	119
11 Na własną rękę .....	131
12 Niedokończone sprawy .....	143
13 Projekt .....	161
14 To jest to .....	184
15 Podwójna nagroda .....	202
16 Inne zakończenie .....	213
Kariera w liczbach .....	227
Indeks .....	241

## 15 PODWÓJNA NAGRODA

Emocje towarzyszące igrzyskom niemal zupełnie pozbawiły mnie sił, ale na Londynie sezon imprez lekkoatletycznych wcale się nie kończył. Pod koniec sierpnia czekał mnie start na mityngu Diamond League w Birmingham. Miałem polecieć w piątek przed zawodami. O wpół do drugiej w nocy Tanii odeszły wody. Jakby ktoś przekłuł balon z wodą. Obudziłem się i usiadłem na łóżku. Wszędzie mokro, całe łóżko tonęło w wodzie. Spojrzałem pytająco na Tanię.

– Co się dzieje? – spytałem.

– Zaczynam rodzić – odparła spokojnie.

– Na pewno?

– Na sto procent – pokiwała głową.

To mi wystarczyło. Zerwałem się na nogi i przystąpiłem do działania. Pobiegłem do pokoju Rhianny i obudziłem ją. Nie chciała wstać, ale wyskoczyła spod koldry, kiedy krzyknąłem:

– Dziewczynki się rodzą!

Zaczęliśmy biegać po domu i pakować torby. Totalny chaos. Załadowaliśmy się z Tanią do samochodu i pojechaliśmy do Queen Charlotte's and Chelsea Hospital przy Du Cane Road w Hammersmith. W ciągu dnia dotarcie z Teddington do szpitala zajmuje z grubsza pół godziny, ale o tej wczesnej porze ulice były puste i udało mi się wyrobić w kwadrans. Doktor Kumar, który opiekował się Tanią przez całe igrzyska, zbadał ją i orzekł:

– Rozwarcie dziewięć centymetrów. To już.

Dzieci znajdowały się w położeniu podłużnym miednicowym, czyli że ich główki były skierowane do góry. Poród bliźniąt ułożonych w takiej pozycji bywa niebezpieczny, więc lekarz zarządził cesarskie cięcie. Tania chciała urodzić naturalnie, ale ponieważ dziewczynki ułożyły się tak, a nie inaczej, nie mieliśmy wy-

boru. Chciałem być przy niej podczas narodzin dzieci. Umyłem się i założyłem fartuch. Pojechaliśmy na salę operacyjną. Tania dostała podtlenek azotu, który miał zmniejszyć ból towarzyszący skurczom. Byłem zdenerwowany i zarazem podekscytowany. Nigdy wcześniej nie czułem czegoś takiego. Obecność przy porodzie wykańcza nerwowo, bo na nic nie masz wpływu. Nie potrafię sobie przypomnieć bardziej stresującej chwili w moim życiu. Rhianna czekała w pomieszczeniu obok, ponieważ na porodówkę wpuszczano tylko jedną osobę z rodziny. Przed podaniem znieczulenia spyaliśmy lekarza, gdzie jest Rhianna, na co odpowiedział ze śmiechem:

– Chodzi w tę i z powrotem po korytarzu, jakby to ona była ojcem.

Widziałem, że Tania bardzo cierpi, więc starałem się ją uspokajać, trzymałem ją za rękę, mówiłem do niej. Podano znieczulenie. Wydaje mi się, że właśnie znieczulenia – bo krążyły o nim opowieści jak z horroru – bała się najbardziej.

Przez cały czas chciałem wiedzieć, co się dzieje. O wszystko pytałem doktora Kumara. Kiedy Tania potwierdziła, że straciła czucie w brzuchu, doktor spojrział na mnie i zapytał:

– Mo, czy jesteś gotów ujrzeć bliźniaczki?

– Tak, tak! – odparłem podnieconym głosem. – Jestem gotów!

Przyglądałem się, jak wykonują cesarskie cięcie, co było zarazem odpychające i fascynujące. Rozcięli Tanii brzuch i otworzyli go. Doktor Kumar włożył do środka obie ręce i wyjął pierwsze dziecko. Kiedy zobaczyłem córeczkę, prawie rozpadłem się na kawałki. Wcześniej postanowiliśmy, że dziewczynka, która urodzi się jako pierwsza, będzie miała na imię Aisha po mojej mamie. Kiedy położneabrały Aishę, by ją zważyć, powtarzałem: „Moja córeczka, moja córeczka!”. Zacząłem robić jej zdjęcia, mimo iż teoretycznie na sali porodowej obowiązuje zakaz. Nawiasem mówiąc, często fotografuję rodzinę – chyba dlatego, że sam mam bardzo mało zdjęć z dzieciństwa. Kiedy będę stary, chcę móc oglądać fotografie i przypominać sobie najważniejsze chwile z życia naszej rodziny.

Wciąż dochodziłem do siebie po tym, jak zobaczyłem Aishę, kiedy dwie minuty po jej narodzinach, doktor Kumar powiedział:

– Mo, chodź tutaj! Oto drugie dziecko.

Wróciłem do Tanii i ujrzałem Amani. Kompletnie się rozkleiłem. Wziąłem obie dziewczynki na ręce i mówiłem do nich. Podziękowałem doktorowi Kumarowi. Zaopiekował się Tanią na czas igrzysk w Londynie, tak że o nic nie musiałem się martwić, bo wiedziałem, że Tania znajduje się w dobrych rękach. Aisha i Amani urodziły się sześć tygodni przed terminem, ale były zupełnie zdrowe. Podąłem je Tanii, żeby mogły zobaczyć swoją mamę. Byłem przeszczęśliwy,

nie mogłem się opanować. Ta chwila nadała sens wszystkiemu. Kilka minut po porodzie przewieziono Tanię do poczekalni, gdzie siedziała Rhianna. Kiedy zobaczyła swoje siostrzyczki, rozplakala się ze szczęścia. Wzięła je na ręce. To był wzruszający moment. Cała rodzina razem. Piękne. Byliśmy jedną, nierozzerwalną całością.

Bliźniaczki wybrały sobie idealny moment, by przyjść na świat. Gdyby zdecydowały się dzień wcześniej, nie byłoby mnie przy ich narodzinach, ponieważ stałbym w korku gdzieś w centrum Londynu, jadąc z jednego wywiadu na drugi. Dzień później również nie mógłbym przyjechać do szpitala, bo byłbym w Birmingham.

Wróciłem z Rhianną do domu. Tania musiała zostać w szpitalu, żeby wypaść się i odzyskać siły. Nie spaliśmy całą noc, ale mimo to nie czułem się zmęczony, energii dodawało mi bowiem radosne podniecenie, wywołane narodzinami córeczek. Próbowałem się zdrzemnąć, ale nie mogłem przestać myśleć o bliźniaczkach. Co pół godziny dzwoniłem albo wysyłałem SMS-y do Tanii, prosiłem o zdjęcia dziewczynek, dopytywałem się, jak się trzyma cała trójka i tak dalej. Później, pod koniec dnia, wreszcie trochę się przespalem. Wieczorem pojechałem na wyścigi w Birmingham.

Media nie wiedziały o bliźniaczkach. Przed zawodami z reguły odbywa się konferencja prasowa i tym razem nie było inaczej. Siedziałem, odpowiadałem na standardowe pytania o poprzednie starty, o złota olimpijskie, o prognozy przed biegiem, kiedy mniej więcej w połowie konferencji jeden z dziennikarzy, zorientowany, że moja żona spodziewa się bliźniąt, zapytał, jak się czuje Tania.

– Świetnie – odpowiedziałem lekkim tonem. – Dziś w nocy urodziła.

Wcale tego nie planowałem, wypsnęło mi się. Pozostała część konferencji upłynęła pod znakiem pytań o bliźniaczki. Miały dopiero jeden dzień, a już pisała o nich prasa!

Jak na wiernego kibica przystało, zaledwie dwa tygodnie po ich narodzinach zabrałem dziewczynki na pierwszy mecz. Zaprosił mnie Ivan Gazidis. Postanowiłem skorzystać, ponieważ każda okazja do zobaczenia Kanonierów na żywo, w dodatku grających na stadionie Emirates, jest dobra. Bliźniaczki poleciały z nami. Przed meczem lożę honorową odwiedził Arsène Wenger. Widząc nasze dziewczynki, uśmiechnął się i jedną z nich wziął na ręce. Dla mnie to było niebywale przeżycie: sam Wenger trzymał na rękach moją córeczkę! Cóż więcej dodać? Wenger!

Trzy tygodnie po igrzyskach w Londynie kolejny kamień milowy w historii naszej rodziny: pierwszy bal charytatywny Mo Farah Foundation. Mieliśmy



dobrze wycucie czasu. Po igrzyskach zainteresowanie fundacją znacznie wzrosło, a kiedy w jednym z wywiadów po biegu na 5000 metrów wspomniałem, że fundacja organizuje bal i są jeszcze wolne stoliki, posypały się rezerwacje. Imprezę organizowaliśmy w hotelu Grosvenor House w centrum Londynu, sala mogła pomieścić do tysiąca osób. Zanim w wywiadzie na żywo poinformowałem o balu, dysponowaliśmy pulą około czterystu biletów, a już po chwili strona fundacji nie wytrzymała naporu chętnych do kupienia biletu. Wyszło na to, że spokojnie mogliśmy wynająć trzy razy większą salę. Bal zaszczyliło wiele nie tylko sportowych znakomitości, splendoru dodali mu między innymi: Usain Bolt, sir Steve Redgrave, Philip Schofield, Jamie i Louise Redknapp, Ugo Monye, Colin Jackson, Christine Ohuruogu. Zorganizowaliśmy aukcję, z której udało się zebrać ponad dwieście tysięcy funtów. Najdrożej sprzedaliśmy kolce Usaina. Z początku prowadziliśmy cichą aukcję, na której najwyższa oferta wynosiła jedenaście tysięcy funtów, ale niespodziewanie ktoś zaproponował, żeby zlicytować buty bezpośrednio. Usain wcielił się w rolę licytatora i wywiązał się z niej wprost genialnie, windując cenę swoich butów aż do trzydziestu sześciu tysięcy funtów. To był wspaniały wieczór dla fundacji. Zebrane pieniądze przeznaczyliśmy na budowę nowego sierocińca w Hargejsie – na miejscu tego, w którym zetknęliśmy się z koszmarnymi warunkami bytowymi somalijskich sierot i który zainspirował nas do założenia organizacji charytatywnej.

Po igrzyskach spędziliśmy dwa miesiące w Teddington. Zamierzałem wystartować po raz ostatni w sezonie w dwumilowym biegu ulicznym na Great North City Games. To taka moja tradycja. Byłem słabo przygotowany, zmęczony uwiązaniem się przy bliźniaczkach, poza tym po igrzyskach prawie w ogóle nie trenowałem. Biegłem i czułem pieczenie w klatce piersiowej – jakbym był nałogowym palaczem, który miał kaprys wziąć udział w zawodach i teraz za to cierpi. Mogłem odpuścić i zająć drugie lub trzecie miejsce, ale po takim sezonie, po podwójnym mistrzostwie olimpijskim, koniecznie chciałem utrzymać dobrą passę do samego końca i uszczęśliwić kibiców. Dlatego nie poddałem się bólowi, pokonałem go i wygrałem bieg. Następnego dnia pięcioro mistrzów olimpijskich i paraolimpijskich – ja, Greg Rutherford, bokser Nicola Adams, wioślarka Katherine Copeland i pływaczka Ellie Simmonds, która na paraolimpiadzie zdobyła złoty medal w pływaniu na 400 metrów stylem dowolnym i na 200 metrów stylem zmiennym – dało sygnał do startu uczestnikom Great North Run. Na starcie przybijaliśmy piątkę wszystkim czterdziestu kilku tysiącom zawodników. To było piękne zwieńczenie sezonu.

No, pomyślałem, wreszcie będę mógł odpocząć.

Liczyłem na święty spokój, ale przeliczyłem się. Zainteresowanie mediów mną i moją rodziną bywało wręcz absurdalne. Pamiętam, co Gary, mąż Pauli, powiedział mi po tym, jak zdobyłem złoty medal:

– Wiesz co, Mo? Twoje życie właśnie się zmieniło.

Nie uwierzyłem mu. Roześmiałem się i odparłem:

– E tam, niby jak? Nadal jestem sobą.

Ale Gary miał rację. Zaczęło się wariackowo. Telefon dzwonił na okrągło. Jeśli dziennikarze nie mogli mnie złapać, dobijali się do mojej rodziny.

Wszelkie doświadczenia, jakie miałem z mediami, zbladły w porównaniu z tym, co się działo po igrzyskach w Londynie. Po Super-Sobocie zainteresowanie moją osobą gwałtownie wzrosło i długo nie chciało opaść. Mieszkając w wiosce olimpijskiej, znajdowałem się poza zasięgiem kamer i mikrofonów, ale w tygodniu rozdzielającym moje dwa mistrzowskie wyścigi szaleństwo wcale nie minęło, lecz trwało w najlepsze. Paparazzi odkryli, gdzie zatrzymały się Tania i Rhianna. Całą armią okupowali ulicę przed naszym domem. Potem dowiedzieli się o moim bracie bliźniaku. To dodatkowo rozgrzało atmosferę. Jeden z dziennikarzy wyjątkowo upierdliwie molestował Tanię dzień i noc e-mailami, SMS-ami i wiadomościami na sekretarce, a kiedy w końcu odebrała i usłyszała pytanie o Hassana, zaprzeczyła wszystkiemu, o co pytał reporter; mając nadzieję, że uda jej się opóźnić pojawienie się rewelacji w prasie, abym mógł skoncentrować się na czekającym mnie wyścigu na 5000 metrów. Dbała o to, by nic nie przeszkadzało mi w przygotowaniach. Gdyby z pytaniami o mojego brata dziennikarze zaczekali do końca igrzysk, nie byłoby problemu, ale ponieważ w grę wchodziło drugie olimpijskie złoto, wszystko, co mogło mnie rozproszyć, mogło też zaważyć na mojej wygranej.

Kiedy „The Mail on Sunday” napisał o Hassanie, wszystkie pozostałe gazety natychmiast zapragnęły dowiedzieć się więcej. Starając się zdobyć jak najlepszy materiał, „The Daily Mail” posunął się moim zdaniem nieco za daleko. Zaniepokoiłem się, kiedy gazeta zaproponowała mojemu bratu umowę, w myśl której Hassan miał jej udostępnić zdjęcia z naszego dzieciństwa i opowiedzieć o nim. Uznałem, że dziennik próbuje go wykorzystać. Nie miałem nic do ukrycia, ale uważałem, że media wbijają klin pomiędzy mnie a brata. Płacenie jednemu z nas, żeby opowiadał o drugim wydawało mi się mocno nie w porządku. Gdyby Hassan zdecydował się podpisać tę umowę, według somalijskich standardów stałby się zamożnym człowiekiem, a w Somalilandzie zaraz znalazłoby się wielu, którzy wyciągnęliby ręce po „swoją dolę”. Chciwość sprawiła, że pewien Somalijczyk podszyl się pod Hassana i podpisał umowę z gazetą, mając nadzieję na łatwy



zarobek. Nie wiem, czy „The Daily Mail” zdawał sobie sprawę, do czego mógł doprowadzić, ale bardzo mocno zezłościło mnie to, że brytyjskie media bezceremonialnie rzuciły się na moją rodzinę.

Przez pewien czas niestety nie byliśmy w stanie dosłownie nic zrobić. Na ulicy podchodzili do nas obcy ludzie, gratulowali mi i robili sobie ze mną zdjęcia telefonami komórkowymi. Inni pokazywali Mobota. Nie zachowywali się chamsko ani agresywnie, nic z tych rzeczy, ale wszystko to było przytłaczające. Zresztą gdyby chodziło tylko o mnie, nie byłoby problemu, lecz ludzie interesowali się także moją rodziną. Widzieli Tanię i Rhiannę w telewizji, jak trzymałem je w ramionach po wyścigu, a że Tania była w ostatnich tygodniach ciąży, nietrudno było ją rozpoznać. Pewnego dnia wybrała się z Rhianną na zakupy do Tesco i kiedy wychodziły ze sklepu, przed wejściem jakiś facet zaczął im robić zdjęcia.

Ten paparazzo był wyjątkowo uparty. Wszędzie za nami jeździł. Dzień i noc. O świcie parkował przed naszym domem i czekał, aż któraś z nas wyjdzie, a potem jechał za nim. Dobrze zapamiętaliśmy jego twarz. Któregoś dnia Tania usiłowała go zgubić i o mały włos nie spowodowała wypadku. Jasne, że fotograf tylko wykonywał swoją pracę, ale nie zmienia to faktu, że bycie w taki sposób nękanym nie jest ani trochę przyjemne. Najlepiej było siedzieć w domu z zasuniętymi zasłonami. Panował nieznośny upał, ale nie mogliśmy nawet otworzyć drzwi ani okien, żeby ktoś nie zajrzał przez nie obiektywem aparatu i nie zrobił zdjęcia bliźniaczkom.

Musieliśmy nauczyć się radzić sobie z popularnością. W Teddington znajduje się restauracja, w której podają wyborne curry i w której jadam od wielu lat. Knajpa zasadniczo nie serwuje dań na wynos, ale ponieważ wszyscy mnie tam znali, zadzwoniłem i zapytałem, czy w drodze wyjątku nie mogliby przynosić mi jedzenia do domu. Chętnie się zgodzili, zwłaszcza że mieszkalem dosłownie kilka budynków dalej. Kiedy potrzebowałem czegoś eleganckiego na występ w telewizji, Tania szła na zakupy, dzielnie stawiając czoło warującemu pod naszymi drzwiami paparazziemu. Gdybym sam się wybrał na zakupy, nawet nie dotarłbym do sklepu, bo w mgnieniu oka opadłby mnie tłum ludzi. Mogłem zapomnieć o normalnym życiu. Nie przestałem być sobą, ale nie byłem już tym Mo, który mógł się swobodnie przejść ulicą albo wyskoczyć po mleko do sklepu na rogu. Jasne, że cieszę się z sukcesów i nie oddałbym ich za żadne skarby, lecz przyznaję, że było mi trudno przyzwycząić się do sławy.

Z winy fotografów poszła plotka, jakoby Tania miała do mnie jakieś pretensje po tym, jak wygrałem bieg na 5000 metrów na igrzyskach, co było oczywiście jednym wielkim nieporozumieniem. Po wyścigu na 10 000 metrów Rhianna

wbiegła na bieżnię, żeby mnie uściskać, a Tania podążyła za nią. Organizatorom to się nie spodobało, bo ponoć naruszało przepisy bezpieczeństwa, o czym Tania i Rhianna nie wiedziały. Jeden z porządkowych, po tym jak Rhianna podbiegła do mnie po wyścigu w Super-Sobotę, pozwolił Tanii wyjść na bieżnię, a nawet sam jej to zaproponował. Nawet jeśli złamały zasady bezpieczeństwa, przecież nie zrobiły tego z premedytacją. Niemniej jednak ich spontaniczna reakcja miała niemile następstwa.

Przed wyścigiem na 5000 metrów zajęły miejsca na trybunach w jednym ze środkowych rzędów mniej więcej w połowie ostatniej prostej. Kiedy zaczęło się moje zwycięskie okrążenie, wstały i zeszły na dół po to, żebym je zobaczył, kiedy będę wychodził na ostatnią prostą. Tania zauważyła, że trzech porządkowych zerka w jej stronę i rozmawia przez krótkofalówkę. Wygrałem, odtańczyłem tańiec zwycięstwa i ruszyłem wzdłuż trybun. Od rodziny dzieliło mnie sto metrów, zatrzymywałem się co kilka kroków, rozdawałem autografy i pozowałem do zdjęć. Tania usłyszała, jak porządkowy rzuca kilka słów do krótkofalówki i biegnie w moją stronę. Podeszedłem do Tanii i Rhianny i zacząłem coś mówić, ale porządkowy przerwał mi:

– Nie zatrzymuj się, Mo! Idź dalej! Nie możecie teraz rozmawiać!

Spojrzałem na niego.

– Chcę porozmawiać z rodziną.

To miał być radosny, rodzinny moment, a ten gość właśnie go zepsuł.

– Nie, nie wolno – odparł porządkowy. – Idź dalej!

Tania posłała mu wymowne spojrzenie. Kiedy następnego dnia gazety wydrukowały zdjęcie z tego incydentu, okazało się, że zostało zrobione pod takim kątem, że wygląda to tak, jakby Tania gromiła wzrokiem mnie, nie zaś stojącego obok porządkowego.

W całej tej medialnej karuzeli udało mi się zorganizować przylot mamy i Hassana do Wielkiej Brytanii. Zrobiliśmy to po cichu. Gdyby się wydało, że z Hargejsy przyleciała moja rodzina, dziennikarze na pewno nie daliby nam spokoju. Na szczęście nikt się nie dowiedział. Hassan nigdy nie był w Anglii, więc zaproponowałem jemu i mamie wycieczkę po centrum Londynu: obejrzeli Big Bena, pałac Buckingham, Tamizę i mnóstwo innych rzeczy, które turysta musi zobaczyć. Po powrocie do domu urządziliśmy z Hassanem długą, intensywną sesję w FIFE.

– Serio, gracie w Somalilandzie w FIFE? – dziwiłem się. Hassan tylko się uśmiechał. – Jasne – mówił.

Okazało się, że w Hargejsie działa kawiarenka wyposażona w PlayStation i Xboksy, na których można wykupić godzinę albo dwie gry.

Podczas pobytu w Anglii w Hassanie szybko obudził się żartowniś. Któregoś dnia, będąc w centrum Londynu, wstąpiliśmy do sklepu Niketown przy Oxford Street. Tania i Hassan poszli w jedną stronę, a ja w drugą. Nagle ktoś mnie rozpoznał i klienci sklepu stoczyli się wokół mnie, prosząc o autografy. Hassan postanowił się zabawić. Podszedł do pewnej kobiety i udając mnie, powiedział, że chętnie zapozuje do zdjęcia z jej synem. Z daleka wyglądamy niemal identycznie, ale z bliska widać różnicę, zwłaszcza w pasie! Kobieta i jej syn z początku dali się nabrać i zorientowali się, co jest grane, dopiero kiedy odeszli kilka kroków i przyjrżeli się zdjęciu na telefonie.

Pewnego dnia odwiedził mnie burmistrz Londynu Boris Johnson. Poza najbliższą rodziną i współpracownikami nikt nie wiedział, że mój brat i mama przyjechali do Londynu, toteż na czas wizyty burmistrza Hassan musiał się ukryć w sąsiednim pokoju. Jestem pewien, że Boris potrafi dotrzymać tajemnicy, ale wolałem nie ryzykować.

Byłem podwójnym mistrzem olimpijskim. Otworzyły się przede mną nowe możliwości i zalała mnie fala upominków: telefonów, strojów, ubranek dla bliźniaczek. Super, bardzo się cieszyłem, miałem rozgłos, jakiego mogła mi pozazdrościć większość lekkoatletów. Razem z sir Chrisem Hoyem, Louisem Smithem, Jo Cundym i resztą reprezentacji Wielkiej Brytanii byłem w Royal Opera House w Covent Garden na gali nagród magazynu „GQ”. Z rąk Seba Coe odebraliśmy wyróżnienie dla Drużyny Roku. Wręczyłem Robbiemu Williamsowi statuetkę dla Ikony Roku.

Zostałem zaproszony na „spotkanie na szczycie” przy 10 Downing Street. Razem z Pelém, Haile Gebrselassie i oczywiście premierem Davidem Cameronem rozmawialiśmy o problemie głodu na świecie. Potraktowałem spotkanie jako dobrą okazję do podkreślenia wagi problemu oraz pochwalenia się działalnością Mo Farah Foundation. Po igrzyskach fundacja rosła jak na drożdżach, impreza zapewniła nam potężny rozgłos i hojność darczyńców, dzięki którym mogliśmy się rozwijać. Do końca 2012 roku z datków udało nam się zbudować między innymi pięćdziesiąt studni w Somalii, zapewnić pomoc żywnościową ponad dwudziestu tysiącom ludzi, założyć kilka punktów medycznych i wykopać liczne rowy nawadniające. Dziś w biurze w Twickenham zatrudniamy sześćoro pracowników na pełny etat. Fundacja jest bliska memu sercu. Kiedy przejdę na sportową emeryturę, zamierzam poświęcić jej dużo więcej czasu i energii.

W 2013 roku moja fundacja założyła Mo Farah Academy we współpracy ze St Mary's i Uniwersytetem Brunela w Uxbridge. Akademia uruchomiła program

stypendiów sportowych dla młodych, obiecujących lekkoatletów, przyszłych reprezentantów Wielkiej Brytanii. Obie uczelnie, które nas wsparły, mogą się pochwalić licznymi sukcesami w sporcie. Akademia będzie zapewniała finansowe i praktyczne wsparcie początkującym, utalentowanym sportowcom, zwłaszcza tym pochodzącym z tak zwanych trudnych środowisk. Światowej klasy trenerzy będą pomagać im rozwijać zdolności na bieżni i doradzać. Miałem to szczęście, że mogłem trenować dzięki stypendium maratonu londyńskiego, dlatego cieszę się, że dziś za pośrednictwem fundacji będę mógł pomagać młodym, stawiającym pierwsze kroki talentom. Mam nadzieję, że poprzez akademię stanę się po części odpowiedzialny za wychowywanie nowego pokolenia brytyjskich lekkoatletów. W ten sposób odwdzięczam się za wszystko to, czym kiedyś obdarzyli mnie inni.

Medialny i rodzinny zawrót głowy po igrzyskach olimpijskich sprawił, że miałem mniej czasu na treningi. W żaden sposób nie potrafiłem pogodzić wymogu pokonywania ponad stu pięćdziesięciu kilometrów tygodniowo z obowiązkami gwiazdy sportu; wywiady dla telewizji, dla gazet i magazynów, rozdawanie autografów, pozowanie do zdjęć, gdziekolwiek się ruszyłem – za dużo tego było. Wiem, czego potrzebuje mój organizm, żeby być w doskonałej formie: po treningu muszę regenerować siłę, dużo odpoczywać i odpowiednio się odżywiać, ale niestety, po igrzyskach nie zawsze było to możliwe. Stołowałem się na wynos i nie gardziłem fast foodem, co bardzo szybko odbiło się na mojej wadze. A kiedy urodziły się bliźniaczki, marzenia o spokojnym, regularnym śnie odeszły w zapomnienie. Przez pierwsze kilka tygodni za nic nie mogłem się porządnie wyspać. Po powrocie do Portland nasze życie wróciło do normy. Przeprowadziliśmy się do nowego domu. Zatrudniliśmy nianię, która przez kilka godzin dziennie pomagała nam przy dziewczynkach. Z ulgą powitałem powrót do Stanów. W Portland nikt nie wiedział, kim jesteśmy, nie było całego tego medialnego cyrku, paparazzi nie czaili się pod drzwiami. W Ameryce nie byłem gwiazdą, lecz zwykłym człowiekiem.

– Wow! Super! – zachwycąłem się. – Nikt mnie nie poznaje!

Wcale nie oczekiwałem, że Ameryka przywita mnie, brytyjskiego długodystansowca, czerwonym dywanem, bo przecież nie brakuje jej własnych bohaterów.

Powrót do Wielkiej Brytanii bywa uciążliwy, szczególnie kiedy muszę dużo trenować. Ludzie chyba nie zdają sobie sprawy, że jestem sportowcem i że gdybym nie ćwiczył tyle, ile ćwiczę – sto pięćdziesiąt kilometrów tydzień w tydzień plus odpowiednia ilość odpoczynku – po prostu nie osiągnąłbym takiego po-

ziomu, jaki udało mi się osiągnąć. Będąc w Anglii, nie jestem w stanie wystarczająco dużo trenować, ponieważ ludzie wciąż się mną interesują. Kiedy wstępuję gdzieś na kawę, zaraz ktoś chce sobie zrobić ze mną zdjęcie. W restauracji to samo. Nie mam o to pretensji, bynajmniej, zawsze chętnie spełniam prośby fanów, ale oznacza to, że jeżeli chcę zrobić cokolwiek konstruktywnego, muszę zarezerwować sobie dużo więcej czasu. Na szczęście mam Portland, mój azyl, w którym zaszywam się przed mediami i po którym mógłbym sobie chodzić choćby nago i nikogo by to nie zainteresowało.

Opiekowanie się bliźniaczkami jest trudniejsze, niż mi się wydawało. Bo trzeba zmieniać dwa razy więcej pieluch i kupować dwa razy więcej ubranek. Dziewczynki zaczynały płakać jednocześnie albo też kiedy kołysałem Aishę, Amani dawała koncert i odwrotnie. Brakowało mi czasu na treningi. W pierwszych miesiącach po narodzinach córeczek starałem się spędzać z nimi jak najwięcej czasu, wiedziałem bowiem, że przed końcem roku będę musiał polecieć do Kenii na obóz wysokościowy w Iten. Na długie wybieganie wychodziłem wczesną porą, tak by w ciągu dnia pomagać w domu i spędzać czas z dziewczynkami.

Upierałem się, żeby Aisha i Amani spały mi na piersi. Robiłem to z inspiracji Bono. Poznałem go krótko po igrzyskach. Bono ma dwie córki. Powiedział, że kiedy dziecko śpi na piersi ojca, wzmacnia to ich wzajemną więź. Pomyślałem: „Czemu nie? Spróbuję”. W ciągu dnia dziewczynki spały mi na piersi. Przyzwyczaiły się do tego stopnia, że przez pewien czas w ogóle nie chciały zasnąć w łóżeczku.

Wyjeżdżałem do Kenii z ciężkim sercem. Na obozie bardzo brakowało mi córeczek. Tania codziennie przysyłała mi zdjęcia i filmiki z nimi w roli głównej. Czasem na pociechę wystarczała mi nawet rozmazana fotka, na której jedzą albo smacznie śpią. Zależało mi na utrzymaniu silnej więzi z dziećmi, której nigdy nie miałem z własnym ojcem. Nie jest to wcale łatwe, kiedy często przebywa się z dala od rodziny i kiedy nie można być świadkiem pierwszych kroków swoich pociech, ponieważ trenuje się na obozie; żona przysyła ci filmik, na którym córeczka stawia pierwsze kroki, a ty myślisz: „Szkoda, że mnie przy tym nie było”. Tylko będąc rodzicem można zrozumieć, co się wtedy czuje.

Zresztą nie chodziło wyłącznie o czas dla bliźniaczek, lecz również dla Rhianny. Ilekroć spędzamy wspólnie czas w domu – czy to będzie Oregon, czy Londyn, czy gdziekolwiek indziej – jeden dzień przeznaczam w całości dla Rhianny. Chodzimy razem na rower albo pobiegać, robimy wspólnie różne rzeczy, dobrze się bawimy i po prostu spędzamy czas jak ojciec z córką. Rhianna bardzo szybko zaczęła nazywać mnie swoim tatą. Opiekowałem się nią od trzeciego roku życia





W Iten znają się na bieganiu. Nie ma tam luksusów i nic nie rozprasza. Wkrótce zacząłem zbierać owoce treningów w Kenii. Teraz jeżdżę tam co roku









ISBN 978-83-7579-303-1



9 788375 793031