

Christopher McDougall

Autor bestsellera *Urodzeni biegacze*

# URODZENI BOHATEROWIE

O odwadze oraz zapomnianych sekretach siły i wytrzymałości



GALAKTYKA



**Christopher McDougall**

Autor bestsellera *Urodzeni biegacze*

# URODZENI BOHATEROWIE

O odwadze oraz zapomnianych sekretach siły i wytrzymałości

Przekład:  
Jacek Żuławnik

G A L A K T Y K A

Tytuł oryginalny:  
*Natural Born Heroes.*  
*How a Daring Band of Misfits Mastered*  
*the Lost Secrets of Strength and Endurance*

Copyright © 2015 by Christopher McDougall  
All rights reserved. Wszelkie prawa zastrzeżone.

This translation published by arrangement with Alfred A. Knopf, an imprint of the Knopf Doubleday Group,  
a division of Random House, Inc.

Niniejszy przekład opublikowano na podstawie umowy z Alfred A. Knopf, imprintem Knopf  
Doubleday Group, działem Random House, Inc.

Copyright © for the Polish Edition by Galaktyka sp. z o.o., 2015

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

ISBN: 978-83-7579-441-0

Opracowanie map: *Robert Bull*

Redakcja: *Elżbieta Derelkowska*  
Konsultacja sportowa: *Sebastian Szubski*  
Konsultacja dietetyczna: *Damian Parol*  
Redakcja techniczna: *Marta Sobczak*  
Korekta: *Monika Ulatowska, Aneta Wieczorek*  
Redaktor prowadzący: *Marek Janiak*

Zdjęcie okładkowe: © *plainpicture/Canvass*

Skład: *Garamond*  
Okładka: *Jakub Kabala*

Druk: *Drukarnia im. A. Półtawskiego*

Pełna informacja o ofercie, zapowiedziach i planach wydawniczych  
**[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 ani w częściach, ani w całości. Nie może też być reprodukowana, przechowywana i przetwarzana z zastosowaniem jakichkolwiek środków elektronicznych, mechanicznych, fotokopiarskich, nagrywających i innych.

## ROZDZIAŁ 1



Wyobraź sobie, że jesteś Rzeźnikiem.

Nazywasz się Friedrich-Wilhelm Müller, jesteś niemieckim generałem, jednym z dwóch komendantów Krety. Hitler obawia się, że na wyspie, tuż pod twoim nosem, może się wydarzyć coś niedobrego – coś, co poważnie zagrozi planowanej niemieckiej ofensywie – ale ty masz przecież wszystko pod kontrolą. Kreta jest niewielka, a ty dysponujesz licznymi oddziałami, dowodzisz stoma tysiącami zaprawionych w boju żołnierzy, masz krążące nad górami samoloty zwiadowcze i pilnujące plaż łodzie patrolowe. Podlegają ci funkcjonariusze Gestapo. Ludzie boją się ciebie tak bardzo, że zyskujesz przydomek „Rzeźnik”. Nikt nie ma prawa z tobą zadrzeć.

A teraz wyobraź sobie, że budzisz się rano dwudziestego czwartego kwietnia 1944 roku i dowiadujesz się, że twój współdowódca, generał Heinrich Kreipe, zniknął. Nie ma śladów przestępstwa: nie było ani jednego wystrzału, nie było rozlewu krwi, nie było zamieszania. Co dziwniejsze, generał zniknął w okolicy Heraklionu, stolicy Krety, a zatem w najlepiej strzeżonym punkcie wyspy. Cokolwiek się zdarzyło, musiało się więc rozegrać na oczach podkomendnych generała. Kreipe nie był pierwszym lepszym szeregowcem, lecz prawdziwym twardzielem i weteranem pierwszej wojny światowej, kawalerem Krzyża Żelaznego, człowiekiem, który awansował dzięki męstwu okazanemu w boju. Przeniesiono go na Kretę z frontu wschodniego. Dysponował ochroną osobistą, uzbrojonym kierow-

cą i mieszkał w rezydencji strzeżonej przez specjalnie szkolone psy oraz otoczonej zaporą z drutu kolczastego i stanowiskami karabinów maszynowych.

Gdzie więc się podział?

Rzeźnik wiedział tylko tyle, że w sobotę krótko po dwudziestej pierwszej generał Kreipe opuścił sztab i udał się autem do centrum Heraklionu. Na ulicach stolicy było więcej przechodniów niż zwykle, ponieważ tego dnia autobusami zwieziono na seans w kinie żołnierzy, stacjonujących w garnizonach najbardziej oddalonych od Heraklionu. Film musiał się niedawno skończyć, o czym Rzeźnik wiedział stąd, że kilkuset żołnierzy zaraportowało, iż widziało czarnego sedana z generalską flagą na zderzaku, jak torował sobie przejazd przez zatłoczone ulice. Szofer Kreipego trąbił, żeby przechodnie się rozstąpili, a w pewnej chwili nawet opuścił szybę i krzyknął:

– *Generals Wagen!*

Kreipe siedział z przodu, obok kierowcy, kiwał głową i odpowiadał salutującym żołnierzom. Na wszystkich drogach wyjazdowych z miasta znajdowały się rozstawione mniej więcej co kilometr posterunki wojskowe. Pojazd generała minął siedzibę Gestapo i pokonał ostatni punkt kontrolny, roгатkę na szosie wylotowej w kierunku Chanii.

– *Guten Nacht!* – zawołał szofer generała.

Sedan minął szlaban i wyjechał z miasta.

Następnego dnia wczesnym rankiem znaleziono generalskie auto na plaży tuż za granicami miasta. Po Kreipem i jego szoferze nie było śladu, zniknęły również zamocowane na przednim zderzaku flagi z orłem. Wokół pojazdu znaleziono osobliwy zestaw przedmiotów: powieść Agathy Christie, papirek po czekoladzie Cadbury, kilka niedopalków angielskich papierosów marki Player's i zielony beret brytyjskich komandosów. Na desce rozdzielczej wojskowego sedana leżał opatrzony elegancką pieczęcią z odciskiem sygnetu list zaadresowany „Do niemieckich władz na Krecie”. Poinformowano w nim, że generał Kreipe został wprowadzony i wywieziony z wyspy przez brytyjskie siły specjalne. Jako postscriptum dodano żartobliwym tonem: „Bardzo nam przykro, że nie mogliśmy zabrać ze sobą tego pięknego auta”.

Coś tu się nie zgadzało. General musiał zostać przechwycony zaraz po tym, jak wyjechał z miasta. Jego wóz znaleziono zaledwie dwadzieścia minut jazdy samochodem od granic Heraklionu. Oznaczało to, że w bardzo krótkim czasie tajemniczy napastnicy zdążyli urządzić zasadzkę, rozbroić i podporządkować sobie dwóch jeńców, wypalić paczkę papierosów, posilić się czekoladą, zgubić nakrycie głowy, stopić воск i co jeszcze? Przekartkować kryminal? Co to było: porwanie czy piknik? Poza tym akurat ten fragment wybrzeża, gdzie znaleziono porzucone auto, był regularnie patrolowany przez samoloty i przeczesywany przez niemieckie szperacze. Dlaczego doświadczeni komandosi wybrali tak bardzo odsłonięte miejsce? Czemu właśnie tam postanowili opuścić wyspę, zabierając ze sobą jeńców? Ich łódź musiałaby się skierować na północ i wpłynąć na wielki obszar wód zajmowanych przez Niemców, o wschodzie słońca czyniąc śmiałków łatwym celem dla przeciwnika.

Ktokolwiek dokonał tego brawurowego czynu, bardzo się starał podkreślić swoją brytyjskość oraz zrobić wrażenie opanowanego i kontrolującego sytuację. Rzeźnik jednak nie dał się nabrać. Walczył w dwóch wojnach światowych i jeszcze nigdy nie słyszał, żeby uprowadzono generała. To zdarzenie bez precedensu, rozumował Rzeźnik, nie istnieje przecież żadna sprawdzona metoda porywania generałów; napastnicy musieli zatem działać intuicyjnie i wymyślać rozwiązania na poczekaniu. Oznaczało to, że zapewne prędzej czy później popełnią błąd i wpadną w ręce Rzeźnika. Zresztą jeden zdążyli już zrobić: zdecydowanie nie docenili przeciwnika. Rzeźnik zorientował się bowiem w manewrze mającym zmylić pościg i uświadomił sobie dwie rzeczy:

Porywacze wciąż znajdują się na wyspie. I za wszelką cenę będą próbowali się z niej wydostać.

## ROZDZIAŁ 2



*Kto się odważy na śmiałość – zginie;  
kto się odważy na nieśmiałość – żyć będzie\*.*

LAO-TSY

Pewnego wiosennego poranka w 2012 roku stałem w miejscu, gdzie znaleziono samochód generała, i zadawałem sobie to samo pytanie, co Rzeźnik: gdzie oni mogli się podziąć?

Za plecami mam Morze Egejskie, a przed sobą – płataninę sięgających do piersi krzaków jeżyn i nieco dalej urwisty klif. W oddali widzę skaliste szczyty Idy, najwyższego wzniesienia Krety, dzielącego ją na pół, niczym ogromny płot graniczny. Jedynym sposobem ucieczki z tego miejsca jest dostanie się na południową stronę wyspy, ale żeby to zrobić, trzeba pokonać wznoszące się na ponad dwa tysiące czterysta metrów góry. Nawet zwykła, turystyczna wyprawa na Idę wydaje się sporym wyzwaniem, a co dopiero, kiedy trzeba się wspiąć, wlokąc ze sobą opornego jeńca i uciekając przed obławą. To chyba niemożliwe.

– Aha! – słychać zza szpaleru jeżyn. Ręka strzela w górę, jakby zatrzymywała taksówkę. – Chodź tutaj!

---

\* Lao-tsy, *Wielka księga Tao*, przekł. z jęz. chiń. Jarek Zawadzki, Szczecin, My Book, 2004, s. 115.



Chris White stoi, jakby zapuścił korzenie, trzyma rękę w górze, żebym mógł go odszukać, i wpatruje się w znalezisko. Biorę plecak i zarzucam go na plecy, po czym ruszam w stronę Chrisa, przedzierając się przez kolczaste, zaczepiające o ubranie krzaki. Nikt nie wie tyle o losach generała Kreipego, co Chris White. W sumie jest to zastanawiające, bo niby czemu akurat on miałby coś wiedzieć? Chris nie jest ani naukowcem, ani historykiem wojskowości; nie mówi po grecku ani po niemiecku. Poza tym jest zdeklarowanym pacyfistą i nie przepada za opowieściami z czasów wojny. Na co dzień Chris jest pracownikiem socjalnym w spokojnym, angielskim mieście Oksford, opiekuje się osobami starszymi i upośledzonymi umysłowo. Za to wieczorami i w weekendy zamyka się w niewielkiej, drewnianej szopie, która stoi za jego wiejskim domkiem, i otacza mapami topograficznymi oraz rzadkimi książkami. Chris, wpisując się w długą i wspaniałą brytyjską tradycję amatorskiego szperactwa, od ponad dziesięciu lat próbuje odtworzyć przebieg wypadków i znaleźć odpowiedź na pytanie, nad którym Rzeźnik głowił się rankiem dwudziestego czwartego kwietnia 1944 roku: jak to możliwe, że niemiecki generał zniknął jak kamfora na wyspie pełnej niemieckich żołnierzy?

Pomysł był fantastyczny. Spodobał się Chrisowi właśnie dlatego, że był cudownym i beczelnym zaprzeczeniem nazistowskiej siły i okrucieństwa – że ktoś postanowił podstawić Hitlerowi nogę pomysłowością i finezją. Bez wystrzałów, bez rozlewu krwi, bez przypadkowych ofiar wśród ludności cywilnej. Zabicie generała uczyniłoby z niego po prostu kolejną ofiarę wojny, ale pozostawienie go przy życiu byłoby jak nadeptanie na odcisk i jednocześnie napędzenie stracha tym, którzy sami napelniali Europę przerażeniem. Zagadka zniknięcia generała doprowadziłaby Niemców do szalu i zasiała w ich umysłach ziarno zwątpienia: czy możemy czuć się bezpiecznie, skoro tajemniczym sprawcom udało się uprowadzić najlepiej strzeżonego człowieka na pełnej umocnień i zasieków wyspie?

Porwanie Kreipego to byłby dopiero początek. Rzeźnik rzuciłby w pogoń wszystko, czym dysponował, a była to niebagatelna siła. Kazałby żołnierzom przeczesać lasy, psom szukać tropu, samolotom rozpoznawczym krążyć nad górami i robić zdjęcia szlaków oraz ścieżek do wykorzystania przez pieszych zwiadowców.

Gestapo uruchomiłoby – łapówkami, obietnicami i groźbami – sieć miejscowych informatorów. Na czterech mieszkańców wyspy przypadał jeden żołnierz Rzeźnika – to więcej niż obecnie wynosi stosunek liczby strażników do liczby osadzonych w więzieniach o zaostrozonym rygorze. Tym właśnie stała się Kreta: więzieniem, którego ogrodzeniem było morze. Zresztą Kreta nigdy nie była zwyczajną wyspą, przynajmniej nie dla Adolfa Hitlera. Führer postrzegał ją jako istotny punkt przerzutowy dla wojska i zaopatrzenia w drodze na front wschodni, toteż zależało mu, aby była bezpieczna jak skarbiec w banku. Wydał rozkaz, by najmniejszy przejaw kreteńskiego oporu zdusić w zarodku, potraktować z *mit eine gewisse Brutalität* – „odpowiednio brutalnie”.

Chcąc pokazać Kreteńczykom, na czym miałyby polegać owa *Brutalität*, komendantem wyspy uczynił jednego ze swoich najlepszych żołnierzy: generała Müllera, wojskowego o siedemnastoletnim stażu, kawalera Krzyża Żelaznego za wyjątkową odwagę, człowieka bezwzględnego i bezlitosnego, który szybko zyskał przydomek „Rzeźnika Krety”. Prawą ręką Rzeźnika był sierżant Gestapo, Fritz Schubert; ponieważ był Niemcem urodzonym na Bliskim Wschodzie, mówiono nań „Turek”. Turek, mężczyzna o orzechowej skórce, płynnie posługujący się greckim i angielskim, przebierał się za miejscowego pasterza i, krążąc po wyspie, zdobywał informacje na wiejskich targowiskach oraz w miejskich kawiarniach. Jego ulubiona sztuczka polegała na tym, że zakładał brytyjski mundur, następnie wyciągał z więzienia Kreteńczyka, na którym ciążył wyrok śmierci, po czym obiecywał mu wolność w zamian za to, że nieszczęśnik zaprowadzi Turka do swojej wioski i przedstawi jako angielskiego komandosa przybyłego na pomoc ruchowi oporu.

– Byli w tym bardzo sprawni, mieli doświadczenie w oszukiwaniu prostych, naiwnych ludzi – wspomina jeden z ówczesnych mieszkańców Krety.

Ale może tym razem Rzeźnik dał się wystrychnąć na dudka? Może porywacze celowo zostawili śmietnik wokół auta generała, bo chcieli zagrać Rzeźnikowi na nosie, żeby zaczął się zastanawiać, czy Kreipe rzeczywiście został wywieziony, czy też nadal pozostaje na wyspie? Żołnierze niemieccy rozsypią się po całej Krecie, będą szukali po górach i lasach, a wtedy... alianci wykorzystają okazję i wylądują

na słabo bronionych plażach. Jeśli rzeczywiście taki był plan, myślał Rzeźnik, to pogratulować sprytu.

Kreta, o czym niewiele wiedziało, spędzała Hitlerowi sen z powiek.

„W styczniu 1943 roku wzrosły obawy, że nastąpi inwazja aliantów na Grecję i Kretę (...) – wyjaśnia Antony Beevor, angielski historyk wojskowości, którego ojciec w czasie wojny służył w wywiadzie. – Najgłębszy strach wzbudzał w Niemczech Kreteńczyk buntujący się za ich plecami”<sup>\*</sup>.

Wojsko niemieckie prowadziło działania na wielu frontach, okupowało kilkanaście państw, jednocześnie tocząc zaciekle walki w Rosji i Afryce Północnej, należało zatem ostrożnie gospodarować zasobami. Cios w plecy, jakim byłoby powstanie na Krecie, mógł mieć dla kampanii Hitlera opłakane skutki. Tak czy inaczej, zadaniem Rzeźnika było jak najszybsze posprzątanie bałaganu. Im dłużej los generała pozostawał nieznyany, tym bardziej jego nieobecność osłabiała autorytet Rzeźnika, zarówno w oczach wroga, jak i jego własnych ludzi.

Do południa pierwszego dnia poszukiwań Müller miał już gotowy pomysł, jak zapędzić szczury do klatki. Wkrótce będące pod jego komendą samoloty wzbiły się do lotu i zasypały Heraklion, portowe miasto i ośrodek administracyjny Krety, ulotkami o następującej treści:

JEŻELI W CIĄGU TRZECH DNI GENERAŁ NIE ZOSTANIE UWOLNIONY,  
WSZYSTKIE WSIE W NOMOSIE HERAKLIŃSKIM ZOSTANĄ DOSZCZĘTNIE  
SPALONE, A WOBEC LUDNOŚCI CYWILNEJ ZOSTANĄ PODJĘTE ZDECYDO-  
WANE KROKI ODWETOWE.

Zaczął się odliczanie. Rzeźnik miał pod sobą wielu odważnych żołnierzy, teraz jednak najbardziej zależało mu na wyspie pełnej przerażonych cywilów. *Przekonamy się, jak daleko zdolają dotrzeć ci bandyci, kiedy wszyscy zwrócą się przeciwko nim* – myślał.

---

<sup>\*</sup> Antony Beevor, *Kreta: podbój i opór*, przekł. Mirosław Bielewicz, Kraków, Wydawnictwo Znak, 2011, s. 324.

Chris White rozchylił gałęzie jeżyn i pokazał, co znalazł. Oto niepozorna, wąska ścieżyna prowadziła niskim tunelem wśród kolczastych zarośli. Właściwie trudno ją nawet nazwać ścieżką, ale co robić, skoro przez cały ranek nie trafiliśmy na nic lepszego?

– Tędy uciekli – powiedział Chris. – Idziemy.

### ROZDZIAŁ 3



Chris szedł przodem. Przedzieraliśmy się przez labirynt gęstych jeżyn, a pod nogami mieliśmy luźne piarżysko. Ścieżka wiła się w przedziwny sposób, chwilami mieliśmy wrażenie, jakbyśmy się cofali, szlak często znikał w zarośniętych rynnach, ale Chris był nie do zatrzymania. Kiedy już myślałem, że trafiliśmy na ślepy zaułek, Chris znikał w zaroślach i po chwili wyciągał rękę w górę.

– Aha!

Nie, podpowiadał mi głos rozsądku, to nie ma sensu. Po co tworzyć szlak wiodący prosto na głaz? Albo prowadzący na zmianę do i ze żlebu, zamiast wzdłuż niego? Wtedy przypominałem sobie, że przecież idziemy ścieżką wytyczoną przez zwierzęcą logikę – na Krecie bowiem to kozy decydują, którędy iść, a pasterze jedynie podążają ich śladem, zdając się na kozie wyczucie terenu – a kiedy przestałem w nią wątpić, zwróciłem uwagę na gładkość kamieni i przyszła mi do głowy kolejna rzecz: woda płynie tylko w jednym kierunku. Nieważne, jak osobliwymi zakolami wije się koryto strumienia, idąc nim pod prąd, niepostrzeżenie wspinałyśmy się na szczyt klifu.

– Niesamowite, co? – powiedział Chris. – Nie zdziwiłbym się, gdyby się okazało, że od wojny nikt tędy nie chodził. Czuję się, jakbyśmy wędrowali w głąb starożytnego grobowca.

Przyspieszyliśmy i po chwili szliśmy różnym, równym krokiem. To znaczy: Chris wyrwał do przodu, a ja podreptałem za nim. On przecierał szlak, a ja sta-

ralem się nadążyć. Ponieważ Chris jest ode mnie dziesięć lat starszy, *sądziłem*, że będę w lepszej formie niż on, ale cóż, musiałem z pokorą zaakceptować fakt, że ten sześćdziesięcioletni pracownik socjalny, który nie zawraca sobie głowy ćwiczeniami i wygląda, jakby całe życie przesiedział w wygodnym fotelu z gazetą w ręku, zawstydził mnie swoją wytrzymałością i zwinnością podczas wspinaczki.

– Pewnie się z tym urodziłem – stwierdził, wzruszając ramionami.

Czy na pewno? Właśnie tego zamierzałem dowiedzieć się na Krecie.

Starożytni nazywali Kretę „Okrawkiem” – zrozumiesz dlaczego, gdy samolot, którym będziesz leciał, zacznie podchodzić do lądowania na, zdawałoby się, otwartym morzu. W dole ani śladu ziemi. Kiedy już myślisz, że lada moment maszyna runie do morza, pilot wprowadza ją w przechył i naraz ukazuje się przed dziobem spieniona wzdłuż brzegów wyspa, jak gdyby dopiero przed chwilą wyłoniła się z toni. Z lotniska są dwa kroki do portu, a z niego blisko do okazałej, ponurej, kamiennej fortecy, szesnastowiecznej pozostałości po Wenecjanach, potęgującej wrażenie, że przechodzisz przez wrota prowadzące do innego czasu, że wkraczasz do świata przeniesionego z przeszłości.

Kreta ma jeszcze jeden przydomek: „Wyspa Herosów”. Odkryłem go przez przypadek, kiedy poznawałem historię Filippidesa, ateńskiego posłańca, postaci będącej inspiracją dla twórców idei nowoczesnego maratonu. Natknąłem się na zagadkową wzmiankę o Georgiosie Psychoundakisie, zwanym „współczesnym Filippidesem”, a także „Klaunem”. Klaun budził podziw. Kiedy wojska Hitlera najechały Kretę, z dnia na dzień z hodowcy owiec przeistoczył się w górskiego posłańca ruchu oporu. Georgios był zdolny do wyczynów, które wprawiłyby w zdumienie olimpijczyka: potrafił wdrapywać się na zaśnieżone urwiska, dźwigając trzydziestokilogramowy plecak, pokonywać podczas nocnego biegu osiemdziesiąt i więcej kilometrów, posilając się jedynie zupą z siana, wyprowadzać w pole próbujące zapędzić go w kozi róg oddziały Gestapo. Georgios nie był żołnierzem, nie przeszedł żadnego szkolenia, był zwyczajnym pasterzem, mieszkającym w sennej wiosce i prowadzącym spokojne życie do dnia, w którym z nieba spadli niemieccy spadochroniarze.

Wydawało mi się, że tajemnicze moce starożytnych herosów pokroju Filippi-  
desa są wytworem fantazji albo zginęły w pomroce dziejów. Tymczasem Georgios  
Psychoundakis okazał się zwykłym człowiekiem, dokonującym takich samych  
wyczynów, jak bohaterowie sprzed dwóch i pół tysiąca lat. Zresztą nie był jedy-  
nym – opowiadał na przykład o znajomym pasterzu, który w pojedynkę ocalił  
wieś pełną kobiet i dzieci od okrutnej śmierci z rąk niemieckich żołnierzy. Niemcy  
przyszli i zaczęli przetrząsać domy, szukając ukrytej broni. Kiedy zorientowali się,  
że w wiosce brakuje mężczyzn, a kobiety milczą jak zaklęte, nabrali podejrzeń. Do-  
wódca oddziału kazał wszystkim kobietom ustawić się w szeregu. Oficer sformo-  
wał pluton egzekucyjny i już miał otworzyć usta, żeby powiedzieć: „Ognia!”, gdy  
jego czaszka eksplodowała. Usłyszawszy, co się dzieje, Costi Paterakis, miejscowy  
pasterz, pognął przez las na ratunek i przybył w samą porę. Wymierzył i oddał cel-  
ny strzał z odległości czterystu metrów. Niemieccy żołnierze rozbiegli się, szukając  
schronienia, i dostali się w krzyżowy ogień bojowników ruchu oporu, którzy do-  
tarli do wioski kilka chwil po Costim.

– Dla mnie to jedno z najdramatyczniejszych wspomnień z wojny – mówi Bry-  
tyjczyk, członek kreteńskiego ruchu oporu, któremu milczenie tych dzielnych  
kobiet uratowało życie. Historia jest tak poruszająca, że łatwo przeoczyć, czego  
wymagał wyczyn Costiego. Pasterz musiał zlekceważyć swój instynkt samoza-  
chowawczy i świadomie narazić się na niebezpieczeństwo, musiał pokonać wiele  
kilometrów biegiem, na przełaj, w szybkim tempie, bez potknięcia, musiał błyska-  
wicznie opanować wściekłość, panikę i zmęczenie po to, by precyzyjnie wycelo-  
wać pomimo szaleńczo tłukącego w piersi serca. Był to akt niezwyklej odwagi, ale  
też coś więcej: triumf naturalnego heroizmu i fizycznej samokontroli.

Im bardziej zagłębiałem się w temat kreteńskiego ruchu oporu, tym więcej od-  
krywałem tego rodzaju opowieści. Czy naprawdę ramię w ramię z członkami ru-  
chu oporu walczył z Niemcami amerykański licealista? Kim był umierający z gło-  
du więzień obozu jenieckiego, któremu udało się uciec i który przedzierzgnął się  
w mściciela o przydomku „Lew”? I najważniejsze: co tak naprawdę się wydarzyło,  
kiedy banda wyrzutków postanowiła uprowadzić z wyspy niemieckiego generała?

Naziści zdawali sobie sprawę, że lądując na Krecie, angażują się w zupełnie inny rodzaj walki. Kiedy trybunał w Norymberdze skazał feldmarszałka Wilhelma Keitla na śmierć przez powieszenie, ten nie miał sędziom za złe wyroku, nie obwiniał swoich żołnierzy za przegraną wojnę ani nawet nie miał pretensji do Führera za to, że ten go zawiódł. Nie, były Szef Sztabu obarczył winą Wyspę Herosów.

„Niebywale silny opór Greków o co najmniej dwa niezwykle istotne miesiące opóźnił niemiecki atak na Rosję – ubolewał Keitel na krótko przed śmiercią. – Gdyby nie ten poślizg, wojna być może potoczyłaby się inaczej... A wówczas kto inny siedziałby na moim miejscu”.

W żadnej innej części Grecji ruch oporu nie wykazywał się taką pomysłowością, taką szybkością działania i wytrzymałością, jak na Krecie. Co było tego przyczyną?

W dawnych czasach odpowiedź na tak postawione pytanie nie stanowiłaby problemu. Ongiś bohaterstwa, tej „sztuki bycia bohaterem”, nie pozostawiano bowiem przypadkowi, lecz traktowano jak sumę wielodziedzinowych dążeń i wysiłków, których filarami były: optymalne odżywianie, fizyczna samokontrola i predyspozycje psychofizyczne. Umiejętności herosa przyswajano, utrwalano i szlifowano, a następnie przekazywano z ojca na syna i z nauczyciela na ucznia. Sztuka bycia bohaterem nie polegała na byciu odważnym, ale na posiadaniu tak doskonałych umiejętności, że odwaga schodziła na dalszy plan. Nie chodziło o umieranie za słuszną sprawę, tylko o osiągnięcie celów bez oddawania za nie życia. Achilles, Odyseusz i inni klasyczni herosi nie dopuszczali myśli o śmierci i walczyli o każdą chwilę życia. Bohater sięgał po nieśmiertelność, jeśli został zapamiętany jako zwycięzca – a zwycięzcy nie umierają głupio. Cała rzecz w zdolności wyzwalań bogatych pokładów siły, wytrzymałości i zręczności, o których posiadanie większość z nas nawet siebie nie podejrzewa.

Bohaterowie uczyli się wykorzystywania jako paliwa tłuszczu zgromadzonego w organizmie, by nie musieć polegać na potężnych dawkach cukrów, po które dziś niemal wszyscy sięgamy. Mniej więcej jedna piąta twojego ciała to zapasy tłuszczu. Mogą być one przekształcone w wysokiej jakości energię cieplną, która



jest w zupełności wystarczająca, byś dzięki niej wbiegł na górę i zbiegł bez grama jedzenia – o ile potrafisz wykorzystać tę energię. Tłuszcz w roli paliwa to niemal zapomniany sekret sportowców wytrzymałościowych; kiedy się go odkrywa, wyniki bywają zdumiewające. W karierze Marka Allena, najwybitniejszego triathlonisty w historii sportu, przełom nastąpił, kiedy Mark nauczył się spalać tłuszcz zamiast węglowodanów. Całkowicie zmienił swoje podejście i dzięki temu aż sześciokrotnie zatriumfował w Ironmanie, w niemal każdym wyścigu w swojej karierze zajął miejsce na podium, a w 1997 roku został uznany za „najbardziej wysportowanego człowieka na świecie”.

Bohaterowie nie rozbudowywali przesadnie mięśni, polegali na smukłej sylwetce i sprawnych powięziach, tej mocnej i elastycznej jak guma tkance łącznej. Bruce Lee radził sobie przeciętnie w sztukach walki, dopóki nie poznał i nie zafascynował się wing chun, jedynym stylem stworzonym przez kobietę. W wing chun wykorzystuje się nie tyle siłę mięśni, co sprężystość powięzi. Bruce Lee optymalnie wzmocnił powięź mięśniową udoskonalił cios zwany jednocalowym, zadawany przy minimalnym ruchu pięści i potrafiący daleko odrzucić postawnego przeciwnika. Siła uzyskana dzięki pracy powięziowej to będące w zasięgu wszystkich ludzi i niemal niewyczerpalne bogactwo. Dzięki niemu masajscy skaczący wojownicy w swoich rytuałach potrafią wybić się na wysokość głowy. Nawiązuje do niego również idea greckiego pankrationu i istota brazylijskiego jiu-jitsu, dwóch najbardziej niebezpiecznych stylów samoobrony, jakie kiedykolwiek wymyślono.

Herosi musieli być mistrzami nieprzewidywalnego. Ćwiczyli ciało migdałowate, trenując „ruch naturalny” – innego zresztą nie znali. Aby przetrwać, ludzie musieli umieć poruszać się płynnie w swoim środowisku: pochylać się, wyginać, omijać przeszkody, skakać, nie czując strachu, i precyzyjnie lądować. Georges Hébert, francuski oficer marynarki, w pierwszych latach XX wieku poświęcił się studiom nad ruchem funkcjonalnym. Dzięki obserwacji bawiących się dzieci – które biegały, wspinały się i przepychały między sobą – zrozumiał znaczenie spontaniczności i improwizacji. Poddawani sprawdzianom siły, szybkości, zwinności i wytrzymało-

ści uczniowie Héberta – adepci sztuki ruchu funkcjonalnego – osiągnęli podobne wyniki, jak światowej klasy dziesięciobości.

Grecy nie czekali na pojawienie się bohaterów, tylko stworzyli własnych. Udoskonalili bohaterską dietę, która ogranicza głód, dodaje energii i zamienia zgromadzony w organizmie tłuszcz w wydajne paliwo. Opracowali metody pozwalające kontrolować strach i adrenalinę. Nauczyli się wykorzystywać niebywałą, ukrytą moc elastycznej tkanki, dużo potężniejszej i wydajniejszej niż mięśnie. Ponad dwa tysiące lat temu ludzie ci z pełną powagą i zaangażowaniem realizowali ideę uwolnienia drzemiącego w każdym z nas herosa, po czym... zniknęli.

Może jednak nie całkiem. Kiedy Rick Riordan, nauczyciel w szkole średniej w San Antonio w Teksasie, zastanawiał się, co zrobić z tymi uczniami, którzy na lekcjach przysparzali mu najwięcej kłopotów, doszedł do przewrotnego wniosku, że być może najgorsze rozrabiaki wcale nie cierpią na nadpobudliwość, tylko są antycznymi herosami, uwięzionymi w ciałach nastolatków. Bądź co bądź, zachowanie, które dziś łagodzi się lekami na bazie metylofenidatu\* i uwagami w dziennikach szkolnych, dawniej stanowiłoby zapowiedź przyszłej świetności; byłoby dowodem rozwoju prawdziwego czempiona. Riordan puścił wodze fantazji i zastanowił się, co by było, gdyby... Gdyby energię silnych, asertywnych dzieci skierować w inną stronę, zamiast ich jej pozbawiać? Gdyby istniało przeznaczone specjalnie dla nich miejsce, obóz treningowy w plenerze, przypominający plac zabaw, gdzie dzieci mogłyby dać ujście wszelkim naturalnym instynktom, biegać, siłować się, wspinać, pływać do woli? Nazywałoby się to, na przykład, Obozem Półkrwi\*\*, pomyślał Riordan, bo przecież jesteśmy pół zwierzętami, pół istotami wyższymi, istniejemy w pół drogi, nie bardzo potrafimy zachować równowagę pomiędzy jednym a drugim. Riordan zaczął pisać i stworzył postać Percy'ego Jacksona – przeżywającego trudności chłopaka z rozbite-

---

\* Lek przypisywany dzieciom z ADHD (przyp. kons.).

\*\* W polskim tłumaczeniu serii książek o Percym Jacksonie obóz ten nazywa się Obozem Herosów (przyp. tłum.).

go domu – który przyjeżdża na obóz w środku lasu i przechodzi metamorfozę, budząc uśpionego w sobie ducha mieszkańca Olimpu i osiągając doskonałość pod opieką przewodnika.

Szkoła bohaterów wymyślona przez Riordana istnieje naprawdę, tyle że jest rozproszona, rozrzucona po całej kuli ziemskiej. Umiejętności, które można zdobyć na tej uczelni, zwykle są niekompletne, trzeba je uzupełniać, szukając w różnych zakątkach świata, ale przy odrobinie wysiłku odnalezienie wszystkich elementów jest możliwe. W parku na Brooklynie była baletnica nurkuje w krzakach i po chwili wraca z siatką pełną superżywności, takiej jak ta, którą zjadali się starożytni Grecy. W Brazylii były handlarz, który kiedyś pchał po plaży wózek z towarami, dziś wskrzesza zapomnianą sztukę ruchu naturalnego. W Oracle, pośród pyłu i piachu Arizony, mieszkał samotny, cichy geniusz, który zniknął na pustyni, wcześniej jednak wyjawiawszy kilku wybitnym sportowcom – a także, kto by pomyślał, Johnny’emu Cashowi i członkom Red Hot Chili Peppers – tajemnicę wykorzystywania zgromadzonego w organizmie tłuszczu jako paliwa.

Najciekawszą pracownią w tej szkole bohaterów była jaskinia w górach, za linią wroga, gdzie podczas drugiej wojny światowej grupa greckich pasterzy i młodych angielskich amatorów zastanawiała się, jak rzucić wyzwanie okupantowi i stanąć do walki ze stoma tysiącami niemieckich żołnierzy. Nie słynęli z męstwa, nie byli przesadnie silni, nie przeszli specjalnego szkolenia. Byli poszukiwani, ciążył na nich wyrok śmierci. Żyli na głodowych racjach, a mimo to rośli w siłę. Tropieni i nękani, rozwijali się. Byli urodzonymi bohaterami, toteż postanowili wziąć przykład z Odyseusza, największego herosa wszech czasów, i wymyślić własnego konia trojańskiego.

To była samobójcza misja – beznadziejna dla każdego, kto nie opanował pewnej starożytnej sztuki.

Christopher McDougall, który przebiegł ultramaraton w meksykańskim Miedzianym Kanionie, rzuca się w wir kolejnej przygody. Tym razem ląduje na ostrych jak brzytwa skałach kreteńskich gór, gdzie podczas drugiej wojny światowej członkowie tamtejszego ruchu oporu wpadli na śmiały pomysł uprowadzenia niemieckiego generała z serca hitlerowskiego garnizonu – i dokonali tego. W jaki sposób artyście bez grosza przy duszy, młodemu pasterzowi i poecie-playboyowi udało się zrealizować ten niebywały czyn? Jak zdołali przemycić generała pod nosem tysięcy niemieckich żołnierzy?

McDougall rusza śladem bohaterów i na własnej skórze doświadcza, jak trudnym wyzwaniom fizycznym musieli sprostać partyzanci oraz ich sojusznicy i próbuje znaleźć odpowiedzi na nurtujące go pytania. W kolebce greckich herosów, w ojczyźnie Heraklesa i Odyseusza, McDougall zgłębia ruch naturalny, tajniki ponadprzeciętnej wytrzymałości oraz podstawowe zasady

racjonalnego odżywiania. Odkrywa przy tym, że na całym świecie istnieją miejsca, w których ludzie żyją zgodnie z zasadami starożytnej „sztuki bohaterstwa”.

*Urodzeni bohaterowie* to nie tylko opowieść o niezwykłych ludziach i śmiałych przedsięwzięciach, lecz również fascynująca podróż w stronę prawdziwego bohaterstwa: razem z McDougалlem przemycamy się nocą zaułkami Londynu, ćwiczymy bładym światem na brazylijskiej plaży, urządzamy wypad w góry Kolorado i zagłębiamy na parking w Pensylwanii, a więc wybieramy się wszędzie tam, gdzie współcześni pasjonaci sprawności fizycznej szlifują umiejętności znane już starożytnym.

*Urodzeni biegacze* sprawili, że zeszliśmy z ruchomych bieżni, zdjęliśmy buty i zaczęliśmy biegać bliżej natury. *Urodzeni bohaterowie* natchną nas do wyjścia poza mury siłowni, na powietrze, i staną się inspiracją do wspinania się, pływania, skakania i biegania tak, jak robili to starożytni herosi.



ISBN 978-83-7579-441-0



9 788375 794410

Cena: 39,90 zł (w tym 5% VAT)