

Samo Rugelj  
Boštjan Videmšek  
Žiga X Gombač

# ULTRABLUES

Kako so se trije kompanjoni  
lotili ultramaratona



UMco

---

Ljubljana, 2015

**Samo Rugelj  
Boštjan Videmšek  
Žiga X Gombač**

**ULTRABLUES**  
**Kako so se trije kompanjoni  
lotili ultramaratona**

© Samo Rugelj, Boštjan Videmšek, Žiga X Gombač, 2014, 2015

*Izdajatelj in založnik*  
UMco d. d. / Zbirka Preobrazba  
*Za založbo:* Renate Rugelj

*Urednik knjige:* Urban Vovk  
*Jezikovni pregled:* Mira Turk Škraba  
*Oblikovanje in postavitve:* Žiga Valetič  
*Avtor vseh fotografij:* Drago Videmšek  
*Tisk:* NTD d. o. o.  
*Naklada:* Drugi natis, 600 izvodov  
Ljubljana, 2015

Vse pravice pridržane. Brez poprejšnjega pisnega dovoljenja s strani založnika se ne sme noben del te publikacije reproducirati oziroma distribuirati v nobeni obliki in na noben način.

CIP - Kataložni zapis o publikaciji  
Narodna in univerzitetna knjižnica, Ljubljana  
796.422.16(092)  
821.163.6-94  
RUGELJ, Samo  
    Ultrablues : kako so se trije kompanjoni  
lotili ultramaratona / Samo Rugelj, Boštjan  
Videmšek, Žiga X Gombač. - 2. natis. -  
Ljubljana : UMco, 2015. - (Zbirka Preobrazba)  
ISBN 978-961-6954-04-4  
1. Videmšek, Boštjan 2. Gombač, Žiga  
277673984

**UMco d. d.**, Leskoškova 12, 1000 Ljubljana  
tel.: 01/ 520 18 39, e-pošta: bukla-urednistvo@umco.si, www.bukla.si

# Vsebina

## Prolog

<b>Samo:</b>	<i>Danes ni sproščenega pogovora, danes ni štosov</i> .....	15
<b>Boštjan:</b>	<i>Nihče od nas v nobenem primeru ni pripravljen na poraz</i> .....	17
<b>Žiga:</b>	<i>Ostati moram zbran</i> .....	19

## Prvi del 127 ur

ali kako se je vse skupaj sploh začelo

## Konec julija

<b>Samo:</b>	<i>Vsake toliko časa potrebujem še kak postranski projekt v izključno moški družbi</i> .....	23
<b>Boštjan:</b>	<i>To ne sme biti »še ena obveznost«</i> .....	28
<b>Žiga:</b>	<i>Kadar mi je zares težko, se vrnem na začetek, v tekaško maternico</i> .....	31
<b>Samo:</b>	<i>Boštjan v Logarski dolini, Žiga na Grintovcu, jaz pa ...</i> .....	35
<b>Boštjan:</b>	<i>Začeli smo, zdaj ni umika</i> .....	38
<b>Žiga:</b>	<i>PST, prvič</i> .....	41

## Avgust

<b>Samo:</b>	<i>Nekaj za na žlico</i> .....	47
<b>Boštjan:</b>	<i>Egosafari?</i> .....	51
<b>Žiga:</b>	<i>Jutro, vedno znova</i> .....	53
<b>Samo:</b>	<i>Kako teči več kot šestkrat letno?</i> .....	56
<b>Boštjan:</b>	<i>Stalna pretreniranost</i> .....	60
<b>Žiga:</b>	<i>Tamar v očetovi družbi</i> .....	63
<b>Samo:</b>	<i>Povedati ali ne povedati za Zion?</i> .....	65
<b>Boštjan:</b>	<i>Vsako blebetanje v pleksusu povzroča topo bolečino</i> .....	69
<b>Žiga:</b>	<i>Straight edge</i> .....	73
<b>Samo:</b>	<i>Ko Zenon ujame svojo želvo</i> .....	77
<b>Boštjan:</b>	<i>Doma sem tam, kjer so moji</i> .....	81
<b>Žiga:</b>	<i>Žigolom</i> .....	83
<b>Samo:</b>	<i>Sedeminštiridesetletnik je obul superge, stopil skozi vrata in izginil</i> .....	86
<b>Boštjan:</b>	<i>Neumnost</i> .....	91
<b>Žiga:</b>	<i>Zadnji dnevi poletja</i> .....	92

## September

<b>Samo:</b>	<i>Buklin teden</i> .....	97
<b>Boštjan:</b>	<i>Vojna</i> .....	103
<b>Žiga:</b>	<i>Bojčev evangelij</i> .....	105
<b>Samo:</b>	<i>Včasih je del glasbe tudi tišina</i> .....	109
<b>Boštjan:</b>	<i>Katja, zviti gleženj in hvaležnost</i> .....	111
<b>Žiga:</b>	<i>PST, drugič</i> .....	116
<b>Samo:</b>	<i>Ko te gleda bog Maraton</i> .....	118
<b>Boštjan:</b>	<i>Maraton za trening</i> .....	123
<b>Žiga:</b>	<i>Raztreščeni</i> .....	126
<b>Samo:</b>	<i>Včasih je treba poravnati račune</i> .....	129
<b>Boštjan:</b>	<i>(Zelo) slaba kri, petdesetkilometrski tek po Ljubljani in slabe novice iz Sirije</i> .....	134
<b>Žiga:</b>	<i>Partnerska kriza</i> .....	137

## Oktober

<b>Samo:</b>	<i>To je samo trening!</i> .....	141
<b>Boštjan:</b>	<i>Mali triatlon in trdnjava Evropa</i> .....	147
<b>Žiga:</b>	<i>Corvus cornix</i> .....	151
<b>Samo:</b>	<i>Pred menoj je teden brez teka</i> .....	154
<b>Boštjan:</b>	<i>Lažna skromnost je najhujša oblika ošabnosti</i> .....	159
<b>Žiga:</b>	<i>Tekač 383</i> .....	162
<b>Samo:</b>	<i>Drugi ljubljanski maratonski krog prvič</i> .....	164
<b>Boštjan:</b>	<i>(Ne)popoln dan in teden</i> .....	169
<b>Žiga:</b>	<i>Zasebna projekcijska platna</i> .....	174

## Drugi del *Trije možje se klatijo* ali kako so se trije kompanjoni lotili priprav

## November

<b>Žiga:</b>	<i>Pred slovesom</i> .....	183
<b>Samo:</b>	<i>Polhograjski dolomiti, prvič</i> .....	188
<b>Boštjan:</b>	<i>Poškodbe, težave, drama queen!</i> .....	197
<b>Žiga:</b>	<i>Dvomiti je človeško!</i> .....	199
<b>Samo:</b>	<i>Flow</i> .....	204
<b>Boštjan:</b>	<i>»Kaj zdaj? Kam zdaj?«</i> .....	208
<b>Žiga:</b>	<i>Če zablokira motor ...</i> .....	212
<b>Samo:</b>	<i>Cesta je tam, kjer si ti</i> .....	215
<b>Boštjan:</b>	<i>Tečem, torej sem</i> .....	223

## December

<b>Žiga:</b>	<i>Maraton za Sofio</i> .....	227
<b>Samo:</b>	<i>Na biblijskem terenu</i> .....	234
<b>Boštjan:</b>	<i>Priprave</i> .....	240

<b>Žiga:</b>	<i>Lokalec</i> .....	247
<b>Samo:</b>	<i>Kaj bi naredili, če bi vedeli, da ne boste prišli do cilja?</i> .....	251
<b>Boštjan:</b>	<i>Osebna tekaška molitev</i> .....	256

## Januar

<b>Žiga:</b>	<i>Obratovalnice</i> .....	261
<b>Samo:</b>	<i>Pet prstov na roki mojega življenja</i> .....	267
<b>Boštjan:</b>	<i>Ta večni občutek krivde</i> .....	277
<b>Žiga:</b>	<i>Športna zapuščina</i> .....	282
<b>Samo:</b>	<i>Zion ali umetnost počasnosti</i> .....	288
<b>Boštjan:</b>	<i>Dnevniški zapis iz Bejruta</i> .....	296

## Tretji del *Knjiga lobanj*

ali kako so trije kompanjoni  
skoraj spustili dušo

## Februar

<b>Boštjan:</b>	<i>Končno sem dojel, da v Utah ne odhajam na tekmo</i> .....	303
<b>Žiga:</b>	<i>Jastrebov let</i> .....	306
<b>Samo:</b>	<i>Od eforije do depresije in spet nazaj</i> .....	310
<b>Boštjan:</b>	<i>Žledolom in železo v žilo</i> .....	314
<b>Žiga:</b>	<i>Balada o koščku kruha</i> .....	318
<b>Samo:</b>	<i>Outsiderji, neprilagojenci in umetnost boja z velikani</i> .....	322
<b>Boštjan:</b>	<i>Poklon risom, risi in Sarajevu 1984</i> .....	329
<b>Žiga:</b>	<i>Stage dive v življenje</i> .....	334
<b>Samo:</b>	<i>Povečal sem fotografijo</i> .....	339

## Marec

<b>Boštjan:</b>	<i>Poščijem se na območje udobja</i> .....	345
<b>Žiga:</b>	<i>Linov upor</i> .....	349

<b>Samo:</b>	<i>Naloga založnika je, da skrbi za nastajanje novih knjig, revij in časopisov v slovenskem jeziku</i> .....	356
<b>Boštjan:</b>	<i>Najhujši sovražnik skoraj popolnega je – popolnost</i> .....	364
<b>Žiga:</b>	<i>Ciljna ravnina</i> .....	368
<b>Samo:</b>	<i>Če bi se lahko vrnil v preteklost, bi se vrnil v prvi september 1983</i> .....	373
<b>Boštjan:</b>	<i>Prišli smo do ciljne črte, ki jo moramo prestopiti</i> .....	378
<b>Žiga:</b>	<i>Enkrat ultras, vedno ultras</i> .....	381
<b>Samo:</b>	<i>Gledala me je v oči, a v njih je videla mojega očeta</i> .....	383

## Četrty del **Odrešitev**

ali kako so trije kompanjoni (z ekipo)  
osvajali Ameriko

### Konec marca, začetek aprila

<b>Boštjan:</b>	<i>Doživjeti stotu</i> .....	391
<b>Žiga:</b>	<i>Izvir</i> .....	394
<b>Samo:</b>	<i>Veselim se jutrišnjega dne</i> .....	397
<b>Boštjan:</b>	<i>To ni bila tekma, to je bilo potovanje</i> .....	403
<b>Žiga:</b>	<i>Vrnitev v ring</i> .....	417
<b>Samo:</b>	<i>Šla bom, kolikor bo treba!</i> .....	429

### Epilog 447





*»Oglašal se je iz globin svoje narave in delov svoje narave, ki so bili globlji od njega, ker so segali nazaj v maternico Časa. Gnalo ga je samo življenjsko valovanje, plima bivanja, dovršeno veselje nad vsako posamezno mišico, sklepom in kito, v kateri je bilo vse, kar ni bilo smrt, kar je bilo navdušeno in razigrano, kar se je izražalo v gibanju in zmagoslavno letelo pod zvezdami in po obličju mrtve tvarine, ki se ni premikala.«*

~ Jack London, *Klic divjine* (prevedel Jože Stabej)

*»Stopil sem malo ven, da se sprehodim, pa ostal do sončnega zahoda, kajti iti ven je v resnici pomenilo – priti noter.«*

~ John Muir

*»Borbo se dobi ali izgubi daleč stran od prič – tam zunaj, v telovadnici in na cesti, dolgo pred tem, preden začnem plesati pod lučmi.«*

~ Muhamed Ali

*»Želim iti tako daleč, kot lahko grem.«*

~ Josef Koudelka



## TRIJE KOMPANJONI



**Kdo** Samo Rugelj, 48 let, 184 cm, 85 kg  
**Kaj** publicist, urednik, založnik, podjetnik  
**Status** poročen, trije otroci – Jan, Žiga in Zoja  
**Šport** planinarjenje, košarka in tek  
**Prvi maraton** Radenci, 1984 – 4:58  
**Posebnosti** nor na »bukle«  
**Moto** Delaj, teči, živi.



**Kdo** Boštjan Videmšek, 39 let, 179 cm, 69 kg  
**Kaj** (proti)vojni poročevalec in avtor dveh knjig o razmerah v svetu  
**Status** skoraj poročen  
**Šport** smučanje, nogomet, tek, svoj čas plezanje  
**Prvi maraton** Ljubljana, 2003 – 3:19  
**Posebnosti** obseden bralec, vegetarijanec in »anarhoživaliljub«  
**Moto** Pohlep, udobje in mirovanje ubijajo.



**Kdo** Žiga X Gombač, 38 let, 178 cm, 72 kg  
**Kaj** mladinski pisatelj, medijski multipraktik  
**Status** poročen, dva otroka – Nia in Lin  
**Šport** tek in boks  
**Prvi maraton** Ljubljana, 1997 – 3:42  
**Posebnosti** »straightedger« (življenje brez alkohola in drog z veliko hrupne glasbe)  
**Moto** Per aspera ad astra!





### Samo | **Danes ni sproščenega pogovora, danes ni štosov**

Mižim, z očmi vrtam v temo, skušam jo predreti in končno zaspati. Ura je že več kot polnoč, tudi druga uspavalna tableta noče in noče prijeti. Vsakih deset minut se dvignem, pogledam na radijsko uro na nočni omarici, in se zgrozim, kako hitro teče čas. Po prihodu v Ameriko sem najprej pojedel nekaj tablet, da bi čim prej ujel lokalni dan. Danes sem skušal z njihovo pomočjo kar se da hitro zaspati, da bi bil na jutrišnjem ultramaratonu, na finalu našega »projekta ultrablues«, vsaj približno svež in spočit. Ne gre mi najbolje od rok.

Poskušam razosebiti misli, se koncentrirati na nekaj nekonkretnega, se s pomočjo kemije razbliniti v začasni nič. Nekajkrat mi to skoraj uspe, potem pa me iz dremeža *nekaj* spet vrže v polno zavest in ponovno glodam naprej: Bomo jutri Ekipa, bomo samo ekipa ali bomo zgolj skupina posameznikov, ki so sicer skupaj prišli na končno destinacijo, potem pa je tu razpadla na svoje sestavne dele? Razmišljam o zadnjih osmih mesecih, o pogovorih zadnjih dveh dni, tuhtam, kombiniram, preobračam ...

Nekaj po četrti me zbudi piskanje alarma. Vesel sem, ko ugotovim, da mi je uspelo zaspati vsaj za tri ure. Tudi Renny, ki je prejšnji večer hitro zaspala ob meni, se požene pokonci. Vstanem, si oblečem vnaprej pripravljena oblačila, začnem jesti vnaprej pripravljeno hrano. Razmišljam o stvareh, ki jih ne smem pozabiti. Čez dobre pol ure smo dogovorjeni pred motelom.

Zunaj je še noč, hladna in sveža. Zebe me. Na nebu lebdi bela oblačna koprena. Z Renny čakava na preostale člane naše karavane, Boštjana in njegovo Majo, Žigo in njegovo Vesno ter Boštjanovega očeta Draga. Na hitro se pozdravimo, potem pa se stlačimo vsak v svoj avto ter se odpeljemo proti štartu, ki je kakih dvajset minut stran.

Na štartu smo zatopljeni vsak vase. Tu ni sproščenega pogovora, s katerim smo si vedno krajšali čas, tu ni štosov, s katerimi smo se zbadali med pripravami. Gledam Žigo, ki se ozira naokoli, gledam Boštjana, ki ne ve čisto dobro, kaj bi počel, stiskam se k Renny, da se preveč ne ohladim. Mehur imam napet, zato nekajkrat stečem odtočit, a imam vseeno ves čas občutek, kot da se v nekaj minutah ponovno napolni.

Ko se ultramaraton začne, si z Boštjanom in Žigom sežemo v roke, potem pa krenemo na pot. Ne, nismo jezni, nismo skregani, a med nami ni tiste iskrene vznesenosti, s katero smo pred dobrimi osmimi meseci začeli ta naš projekt, naš ultrablues.

Počasi stečem po asfaltni cesti, ki kmalu prečka magistralno in zavije navkreber proti mesam, gorskim platojem, po katerih je prepoznavna ta rdeča pokrajina. Tekачi v svojih mislih skoncentrirano gledajo predse, saj je pred njimi dolga pot. Mi trije tečemo v rahlo ukrivljeni liniji, Žiga na levi je malce spredaj, Boštjan kot vedno na sredi skrbi za zvezo, jaz na desni že zaoštajam korak ali dva. Namerno? Ne vem, morda danes za spremembo tudi namerno.

Spet me začne tiščati v mehurju. Vem, da se bo asfaltna cesta kmalu zožila v makadamski kolovoz, kjer se bo težje umakniti na stran. Zato tik pred zožitvijo izskočim iz kolone.

»Kam greš?« vzklikne Boštjan.  
»Scat grem,« odvrnem, »pojdi ti kar naprej.«  
»Ni šans,« reče, »počakal te bom,« in tudi on skoči iz kolone.  
Žiga se na hitro ozre proti nama.



## Boštjan | Nihče od nas v nobenem primeru ni pripravljen na poraz

Stal sem, premražen do kosti, med skupino popolnih tujcev. Njihove naglavne svetilke so snope svetlobe metale stran od njihovih pogledov. Vsak zase je bil prisotno odsoten. Tresla me je trema. Le še tri minute so nas ločile od zaključne epizode osem mesecev dolgega projekta, v katerem smo se trije površni znanci in maratonci spremenili v tri, za spodoben ultramaraton in še kak dodatni *netekaški* projekt pripravljene prijatelje. Tako bi moralo biti. Na to smo se pripravljali.

Opazoval sem aktivno pasivnega Žigo, telesno najbolje pripravljenega moža v ekipi. Opazoval sem Sama, ki je med pripravami najbolj napredoval in sveto verjel v ekipni algoritem, zjutraj pa je deloval šibkeje kot kadar koli. Preveril sem svoj srčni utrip. Bil je višji kot med najtežjim treningom. Zalival me je adrenalin. Šklepetal sem kot arktični naključni plavalec.

Nihče izmed nas v nobenem primeru ni pripravljen na poraz. V nobenem primeru! Vse moram(o) narediti, da se v določeni časovni normi prebijemo prek teh sto kilometrov puščav in gora, sem si govoril. Kaj pa je to – cel dan sorazmerno počasnega teka!? Saj si preživel že marsikaj težjega ... Ni ravno zaleglo.

Desno koleno, ki mi je v zadnjih nekaj dneh vzelo precej samozavesti, je »delovalo«. Bolj ko se je bližal štart, bolj tih je bil notranji dialog. Upal sem, da se triki uma pripravljajo na dvig bele zastave. Le tako bom lahko deloval ekipno in skušal umiriti (ne)pričakovana trenja v moštvu. Odštevanje pred štartom sem zategadelj skoraj preslišal.

Krenili smo. Kolona lučkarjev je v temi bežljala proti mitskim goram južnega Utaha. Tekel sem med Žigom in Samom. V strnjeni koloni tako ali tako nihče ni mogel teči svojega tempa. Računal sem, da bodo »okoliščine« poskrbele za preživetje ekipe.

Samov mehur je psihosomatsko puščal. Brez besed je odvil s poti. Žigo je potegnilo naprej.



## Žiga | Ostati moram zbran

Virgin, Utah, ZDA. Štart teka Zion Ultras je oddaljen vsega nekaj minut. Pred menoj je deset in več ur teka oziroma sto kilometrov neznanega terena. Stojim na cilju osemmesečnih priprav, sem povsem miren in pripravljen, da se podam na pot.

Ne motita me ne nervoza, ki para ozračje, ne jutranji mraz, ki se zažira v mišice, ne razigrana družčina ostalih tekačev. Če sem iskren, okolico komaj zaznavam. Pot k sebi, ki se je začela pred nekaj dnevi, se je končala v pravem trenutku in na pravem kraju. Da si dokončno potrdim srečanje s seboj, nekajkrat globoko vdihnem in za par trenutkov zaprem oči. Okolica izgine. Zagrneta me tema in tišina. Boks me je naučil, da moraš v ring vstopiti osredotočen in zbran. Navlaka zunanjega sveta mora ostati zunaj. Misel mora biti čista in usmerjena v izziv, ki je pred teboj.

Pripravljen sem na zvok gonga, ki bo označil začetek.

Ko odprem oči, je do štarta manj kot minuta. Še zadnjič preverim, ali je vse na svojem mestu tudi glede »mehanike«. Superge so zavezane dvojno, obliži so prilepljeni čez bradavice, vazelin je namazan po stegnih, da ne bi prišlo do odrgnin. Tu so hrana, pijača, obe lučki, rokavice, kamela, geli, proteinske ploščice ... Obrnem se k Vesni, ji prikimam in jo stisnem v močan objem. Stisnem roko kompanjonoma in že zaslišimo glasen *goooooo*, ki napove začetek tekme.



Začnem previdno. Ne pustim, da bi me skupina potegnila za seboj. Na svoji desni čutim Boštjana in Sama, sam začnem preverjati svojo dnevno formo. Do sebe sem prišel, zdaj se moram ozvočiti s terenom, z njegovim značajem in zunanjimi okoliščinami. Gre za proces, za katerega vem, da bo trajal nekaj kilometrov.

Ostati moram zbran.

Po nekaj sto metrih Samo nepričakovano odvije na stran. Ustavi se in izstopi iz kolone tekačev. Boštjan se mu pridruži.



# Prvi del

**127 ur**

ali kako se je vse  
skupaj sploh začelo







### Samo | Vsake toliko časa potrebujem še kak postranski projekt v izključno moški družbi

Pustolovščine se začnejo na različne – včasih tudi zelo običajne – načine. Naša se je začela z menjavo mojega mobilnega telefona. Ena od stvari, ki jih je takoj po vklopu in nastavitvi začel izvajati novi in pametni samsung, je bila sinhronizacija mojega poštnega predala na namiznem računalniku s prenosnim telefonom. V principu je to pomenilo prenos kakih deset tisoč mailov, za kar sem ocenil, da bi tudi ob ves čas vklopljeni brezžični internetni povezavi potreboval dan ali dva. Zato sem se urno lotil čiščenja arhivov stare pošte, ki je nisem imel pametno razdeljene v raznih podmapah znotraj svojega poštnega predala. Vzel sem si nekaj ur znotraj umirjenega poletnega delovnega dne in počasi ter dodobra počistil prastaro pošto. Pri tem sem našel tudi Boštjanov mail izpred osmih let, ko mi je poslal v avtorizacijo najin pogovor o takratnem stanju v slovenskem založništvu. Glede na to, da sva se z Boštjanom ravno dan prej dobila ob kavi, da malo predebatirava tekoče dogodke, sem odprl njegovo sporočilo, ga preletel, potem pa mu ga poslal z dopisom:

»Živijo. Evo, brišem stare maile, pa sem naletel na tale najin stik izpred kar nekaj let. Dober tekst,« sem ga pohvalil, saj je v

njem kot nespecialist za to panogo res dobro zaobjel ključne dileme slovenskega založništva, ki se vlečejo še v današnje dni.

Čez kako minuto (Boštjan je namreč svetovni rekorder v hitrosti odgovarjanja, če je pri aparatu) je odgovoril: »Prazgodovina, hehe.«

»Žal je še zmeraj vse isto,« sem odpisal.

Spet je bil hiter: »Razen tega, da je bila takrat fina konjunktura in da sem bil zelo blizu maratonu pod tri ure. ☺«

»Ha, sedaj imaš pa dve knjigi, maraton pod tremi urami pa še lahko stisneš,« sem odvrnil, saj je šla njegova druga knjiga *Uporavnokar* v tisk in je bil čez nekaj tednov že predviden njen izid.

»Motivator, ni kaj!« je odgovoril.

Takrat je v mojo pisarno stopila Renny, moja žena, s katero delava skupaj že skoraj petnajst let, in me vprašala, kaj počnem. Povedal sem ji, da čistim poštne arhive in da si ravno dopisujem z Boštjanom o maratonu pod tremi urami (pred leti v Madridu je temu prišel kar blizu, potem pa je do nadaljnjega obupal) ter da razmišljam, ali bi to teoretično sploh lahko kdaj zmoget tudi jaz. Malo sva se menila o tem, Boštjanu pa sem napisal:

»Ha, ravno sva se pogovarjala z Renny; resno, bi ga ti še lahko stisnil pod tremi urami? Koliko bi potreboval, da prideš do tega? Eno leto? Bi ga sploh lahko stisnil jaz? Koliko bi potreboval? Dve leti odklopa od službe in ostalega, bi potem to sploh šlo?«

Za odgovor na ta vprašanja je porabil nekaj več časa: »Jaz bi potreboval najmanj pol leta zelo intenzivnega in strukturiranega treninga. Predvsem pa bi moral pravilno jesti in odmisлити fitness, fuzbal, smučanje ... Na to pa nisem pripravljen. Že tako živim preveč asketsko. Ampak ključen je motiv – ta pa ni visok. Zdaj imam po moje v nogah brez resnega naprezanja v istem ritmu čas nekako 3:28. Bolj me zanima kak stokilometrski tek po popolnem brezpotju. Amerika, recimo.

Ti bi pa moral najprej trenirati hitro desetko in jo v pol leta spraviti na 40 minut. Potem pa širitev tega tempa na 15, 20, 25

km ... Brutalni intervali. Še minus osem kil najmanj. Jačanje kolenskih vezi na fitnessu. Skoraj nič hribov – nujno 'podaljšanje' mišic itn.«

Boštjana sem malo bolje spoznal pred enim letom, ko je bral mojo knjigo o pripravah zaležanega pisarniškega človeka na maraton. Bila mu je všeč, odšla sva na skupni tek, ugotovila, da naju zanimajo isti pisatelji, in od takrat sva bila občasno v stiku. Spomladi smo skupaj z Žigom, ki sem ga tudi spoznal prek svoje tekaške knjige, kot trojka odšli na tek ob žici okupirane Ljubljane in ga pretekli v spodobnem času. Takrat smo si obljubili, da najdemo kak dober izziv in se ga lotimo skupaj, a vsak iz svoje perspektive. Predlagal sem, da bi se morda pripravili na gorski tek/pohod dvanajst ur rekorda Šmarne gore, vendar moja ideja takrat ni požela kakega navdušenja. Vprašanje je ostalo odprto.

Sicer nisem čisto dobro vedel, zakaj sem se bil sploh pripravljen meniti o tem. Že po lanskem dunajskem maratonu sem začutil, da so priprave nanj preveč vplivale na moje vsakdanje življenje. Vodenje podjetja, izdajanje revij in knjig ter nenehno spremljanje knjižne in filmske produkcije so bili skupaj s stalnim iskanjem ravnotežja med lastno družino – v njej so poleg Renney še najina hčerka Zoja in sinova Jan in Žiga, ki živita pri bivši ženi in s katerima skušam preživeti čim več kakovostnega časa – nenehno gibanje po robu mogočega v vsakodnevnem življenju. Boljša telesna kondicija ob treningu za maraton je moje delovne sposobnosti lepo dvignila in to mi je povsem zadoščalo.

A nekaj je v ekipnih moških projektih, kar me privlači že vse življenje. Že kot najstnik sem se v troje s prijateljskima nekega poletnega vikenda odpravil na dvodnevno turo na Triglav. Ob koncu študija smo se trije prijatelji prvič odpravili v Ameriko in jo v dobrem mesecu dvakrat prevozili po dolgem in še dvakrat počez, dobrih dvajset let kasneje pa v isti zasedbi prevozili še dobršen del legendarne Route 66. Pred dobrimi desetimi leti smo se

štirje prijatelji iz Ljubljane odpravili s kolesi na Grintovec, potem pa smo se letos tik pred začetkom poletja, ob okrogli obletnici, spravili še na gorski maraton štirih občin (gm4o).

Moje največje veselje so moja žena, moji otroci in moje delo, vendar pa – tako kaže moja osebna zgodovina – vsake toliko časa potrebujem še kak postranski projekt v izključno moški družbi. Zato me je potegnilo, da bi šel še na kako dolgo in naporno turo. Potegnilo me je to, da bi jo premagali ekipno.

»Mislim, da se najini interesi morda poklopijo pri sto kilometrih Amerike. Tudi mene klasični maraton ne mika več toliko. Ko daš enkrat skozi gm4o, pride do nekih novih dimenzij. Šla bi tudi Istra, tam imajo 100 in 160 km, drugo leto je opcija. ☺«

Boštjan ni odlašal: »Amerika in Istra me zelo zanimata. Nekaj novega. Brez gužve, ampak blizu roba.«

Zamislil sem se in napisal: »Amerika; če bi šel, bi tekkel po tistih kanjonih, kjer se dogaja film *127 ur*, marca ali pa aprila, takrat ni prevroče. Moram najti tam kako tekmo.«

Ni nenavadno, če človek sem ter tja malo fantazira. Sam to počnem z neko idealizirano podobo avanturističnih počitnic, pri katerih se na koncu izvlečem z nekaj spretnosti preživetja v divjini. Vseeno pa sem toliko realističen, da vem, da v kaki resnični divjini kot precej običajen mestni škric ne bi preživel več kot nekaj dni. Imam izkušnjo izpred nekaj let, ko smo z najetim avtom vozili po nekem samotnem delu Avstralije, ki ga je sekala urejena in urbano zanesljiva cesta. Drveli smo po njej in občudovali naravo skozi okno udobno klimatiziranega avtomobila, potem pa se ustavili, da bi si spočili in pretegnili noge. Ko sem stopil na plano, je vame butnil tropski avstralski zrak, ki je dal vedeti, da je na prostem treba popiti tudi osem litrov dnevno, če si zmerno telesno aktiven. A še bolj kot vročina, ki bi me v nekaj urah spravila na kolena, je bil pomenljiv zvok narave okoli mene. Divje pritajeni hrušč rastlin in živali v neposredni bližini nekaj metrov stran mi je dal slutiti, da tam ne bi preživel niti ene noči.



Naredil sem spletno raziskavo in iskal ekstremne teke okoli Salt Lake Cityja, kjer je Aaron Rolston pred leti na adrenalinskem kolesarjenju svojo roko za pet dni zagozdil med skalo, potem pa o tem, kako se je vse skupaj zgodilo in kako se je na koncu rešil, napisal knjigo, ki jo je v film *127 ur* adaptiral angleški režiser Danny Boyle. Na koncu se je izbira zožila na dva ultrateka, oba po nacionalnih parkih – prvi po Zionu, drugi pa po kanjonu Bryce. Tisto območje sem kar dobro poznal, nekajkrat sem se že potepal v bližini. Oba parka se ponašata z lepoto, primerljivo z Velikim kanjonom, hkrati pa z odmaknjeno divjino, ki na teke po njih priusti le redke. Malce sem razmišljal, potem pa napisal fantoma:

»Živijo. Boštjan me je malo provociral na temo divjega, ekipega stokilometerskega teka, morda v Ameriki. Ker seveda nisem imun na take stvari, sem malo preštudiral zadeve in našel teren, ki še vedno diši po Divjem zahodu. Bil sem že tam blizu, gre za kanjon Zion, relativno blizu Las Vegasa oziroma Los Angelesa. Tekma je aprila 2014 (4.–5. april), imajo 100 kilometrov in 100 milj, pri čemer 100 kilometrov vsaj v osnovi niti ni tako naporen, ima zgolj 2.000 višinskih metrov vzpona, kar je toliko kot pri teku na Grintovec. Tisti od nas, ki dobro natrenira, gre lahko tudi 100 milj. Druga možnost je še Bryce Canyon, tudi lepa zadeva, ki pa je maja, točen datum še ni znan. V glavnem, dobra priložnost za naš projekt; do aprila drugo leto je obilo časa, tja bi šli za kak teden, par dni za aklimatizacijo, potem tekma, nazaj pa spanje na letalu. Morda je noro, ampak meni je kul. Budžet je karta plus dobrih tisoč dolarjev na osebo plus štartnina. Tukaj so linki:

#### Bryce 100

USA (Utah - UT) | 100 miles | May

#### Zion 100

USA (Utah - UT) | 100 miles | April

Poglejta in javita. Če bi se kaj dogovarjali, bi se morali kar hitro, da jaz uskladim z vsemi okoli sebe, potem pa še sam s sabo. ☺«

Nekaj časa sem gledal tisti mail. Po eni strani se mi je njegova vsebina zdela prav fino nora, po drugi strani pa sem ga napisal prav zlahka, kot bi šlo za opis izleta za nekaj domačimi ovinki. Nisem želel več kaj dosti pomišljati in poslal sem ga naprej. Ikonna je pokazala, da je bil poslan v sredo, 24. julija 2013, ob 15.25.



### Boštjan | **To ne sme biti »še ena obveznost«**

Tole je šlo pa hitro. Nekaj mailov, kak SMS in odločili smo se, da gremo na ultramaraton. Trije pisci, trije tekači, tri povsem različne osebnosti, tri življenjske zgodbe. Namesto refleksije je odločil refleks. Za kaj drugega si, očitno namenoma, nismo vzeli časa. Pri naših letih in izkušnjah si lahko sem ter tja privoščimo tudi takšno »norost«, kot je sledenje impulzom.

Ko smo se – ultraški *kandidati* – dobili v slaščičarni na prvem bojnem posvetu, sem bil ves čas v rahli zadregi. Še en velik cilj. Še ena velika obveznost. Še ena blažja norost. Dodatna odgovornost. In obremenitev za stalno pretrenirano ali obremenjeno telo. Mar ni čas, da se, kot si že (pre)dolgo obljubljam, malo ustavim? Zdaj pa tole.

Uh.

Samo je bil resen. Bolj od vsega ga je zanimala logistika. Žiga je prevzel vlogo zapisnikarja. Bil je nekoliko odmaknjen, a vidno motiviran. Mene je ugrabila *želja*. Nepovratno. Ko mi je Samo poslal link, nisem imel nobenega dvoma, da je to *to*. Vedno sem si želel odteči nekaj takega. Brez imperativa rezultata. Brez gneče. Brez neona in sponzorskih napisov na vsakih pet metrov. V rajski, skoraj nedotaknjeni naravi. Brez ljudi, ki živijo samo za tek. Brez industrije rekreacije. Brez strahu pred porazom. Brez kakršnega koli pritiska. *127 ur*. Popolna identifikacija. Po petnajstih

letih poročanj iz vojn in kriz in vseh mogočih tveganj si takšen tek predstavljam celo kot nekakšno častno upokožitev. Ekstremen tek = ekstremen mir. Na robu je živost najbolj živa. Čista radost! Tudi zaradi ekipe.

Le skoraj nemogoče se mi je zdelo v obstoječi urnik – in načrte – stisniti še ultramaratonski trening. Zato sem predlagal, da Zion (ali kaj podobnega) morda odtečemo leta 2015. A to je bila neužitna in nemudoma ter z gnusom zavrnjena kost za glodanje. Žiga in Samo sta ugriznila v vabo z letnico 2014 in je nista imela namena izpustiti. Ni me bilo treba kaj dosti prepričevati. Tudi sam sem zagrizel v datum, ki je oddaljen skromnih osem mesecev. Brez težav smo se vse zmenili. Le trenirati bo treba. Živalsko. Ciljno. Najmanj enkrat na mesec tudi skupaj. Tura po skupni izbiri, ki bo »skrajšani posnetek« tekme.

Odpeljal sem se proti domu. Vesel, zmeden, šokiran, motiviran.

Kljub temu da bi moral danes nujno počivati, saj sem zadnjih osem dni v hudi vročini prav vsak dan tekel na polno, sem obul tekaške copate in z Majo, življenjsko sopotnico, krenil na klasično desetko. Začela sva počasi, a tako sem zdržal le slab kilometer. Potem me je razneslo. Preprosto se nisem mogel zadržati. Topel, nežen, motivirajoč in ljubezni do življenja poln večer me je nesel čez Savlje in Ježico. Razen prvega, noben kilometer ni bil počasnejši od štirih minut.

Misli so bile že v Utahu, a na »obstoječo resničnost« so me opozarjala razbolela stegna. Kolena so kar malce klecala: vikend, ki sva ga z Majo preživela v sanjski Logarski dolini, me je počisto izčrpal. Ne le zaradi rekordne vročine. Tam sem v bistvu začel priprave na naš skupni projekt, ki smo ga v slaščičarni poimenovali *ultrablues*. Vedel sem, da gre Žiga na Grintovec. Vabil me je, naj grem zraven. A nisem – še nisem! – dovolj natreniran za dva tisoč višinskih metrov v kosu. Driska po krvavem Egiptu, od koder sem poročal o vojaškem državnem udaru in kjer sem preživel lep del zadnjih treh let, me je hudo zdelala. Letošnja zima in

pomlad sta bili ubijalski; moje energetske zaloge so prazne. Dva-krat Egipt, tedni Grčije, Istanbul. Končevanje knjige *Upor: arabska pomlad in evropska jesen*. Pomoč pri velikem delu Mehmedalije Alića *Nihče*. Delov projekt Revolt in alternative za boljši jutri, ki sva ga sprožila s kolegom Andrejem Miholičem. In ob tem še kar težavne razmere doma. Mama, ki že dolga leta boleha za multiplo sklerozo, je vedno slabše. Težko je bilo v vse skupaj umestiti kakor koli smiseln, strukturiran trening. S tem imam tako ali tako velikanske težave.

A tekem sem sorazmerno veliko. Le hribov je bilo premalo. In na Grintovec se ne bi silil. Ko bom v *svoji* pravi formi, se ga lotim z velikim veseljem. Ne maram polovičarstva.

\*\*\*

V Logarski dolini sem se v soboto dopoldne takoj zagnal na polno. Tri ure in še malo hribov in doline. Dva resna vzpona. Petintrideset stopinj. Namenoma takrat, ko je bilo najbolj vroče. Da preverim, kje sem. In edini problem je bil – kot po navadi – tek navzdol. Nogometno-smučarsko levo koleno. Kronične težave. A bo že zdržalo. Kaj dosti izbire pač ne bo imelo. Tudi žejalo me ni. Dolga leta sem se namreč pripravljaj, da v najbolj zahtevnih pogojih potrebujem čim manj hrane in vode. In ta »forma« še vedno drži.

A od zdaj naprej bom bolj pazljiv. Stanje stalne pretreniranosti moram razbiti in se, vegetarijanec že enaindvajset let, posvetiti primerni prehrani. Drugače bo račun še prehitro izstavljen.

S Samom se bolje pozna dobro leto. Interesi se redko tako prekrijejo. Philip Roth. Cormac McCarthy. Paul Auster. Martin Amis. In filmi. Kljub povsem različnim izhodiščem. Samo me je v nekaj skupnih tekih naučil teči tudi počasi. Čisti užitek, ko se vsaj dvakrat na teden človek malce vleče, namesto da goni na polno.

Z Žigom se pozna dlje časa. Kljub temu da do srečanja ob predstavitvi Sameve knjige tako rekoč deset let nisva bila v stiku, imava neverjetno podoben življenjski DNK. Mladost na stopnicah – navijaška »kariera« v zeleno-beli barvi. Olimpija. Punk. Hard Core. Telovadnica na Taboru. Pisanje. (Ne le) rekreacijski tek. Podobne obsesivno-kompulzivne motnje. Solidno izhodišče ...

Po divji soboti je sledila »regeneracijska nedelja«. Ura gorskega teka. Ampak brez svežine in na najbolj vroč dan v letu. Že dolgo nisem bil tako utrujen. Vendar sem vseeno komaj čakal, da se je v ponedeljek po osemtridesetih stopinjah nad Ljubljano zli- lo in sem šel med polomljenimi drevesi in tuljenjem gasilskih si- ren teč v hudem dežju. Brez majice. Hladen tuš sredi razbeljene- ga mesta. Pozabil sem na trde noge in nizko raven glikogena. In komaj čakal, da se dobimo na »odločilnem sestanku«.

Veselim se vsakega kilometra, ki nas čaka v naslednjih mese- cih, in še posebno stotih v Utahu. Kljub temu da bomo verjet- no pošteno najebali. *No pain, no gain*. Upam le, da mi bo uspe- lo krmariti med vsemi obveznostmi in ne povsem zanemariti že tako dodobra oskubljenega družabnega življenja. A naš projekt je zame smiseln le, če ga lahko izpeljem, ne da bi spremenil način svojega življenja. Niti ene same strani manj ne mislim prebrati. Niti enkrat v »korist« teka ne bom rekel ne smučanju ali nogo- metu. Ali zanemarjal svojih najbližjih. Enako velja za službo.



Žiga | **Kadar mi je zares težko, se vrnem na začetek, v tekaško maternico**

Redke so stvari, ki spodmaknejo tla pod nogami ter povzroči- jo padanje, za katerega si želiš, da se ne bi končalo. Še redkejši pa so trenutki, ko te celostno nadgradijo sočlovekove ideje. To še posebno velja v medijsko-ustvarjalnem svetu, ki ga na relaciji

tiskani mediji–TV–radio–splet–mladinska literatura aktivno živim zadnjih petnajst let in v katerem so dobre ideje posameznikova osebna izkaznica. Enkratna ideja je povzročila, da so se v enotno misel in željo po dogodivščinah spontano ujele misli treh ljudi. Treh moških, treh različnih modelov z različnimi osebnimi zgodbami in drugačnimi izhodišči, a z nekaterimi skupnimi preferencami in potrebami. Sto kilometrov na poti skozi neznano, nedoživeto, slikovito.

Ja, takšnih mailov, ki bi te nasmejali in privzdignili do te mere, da bi najraje zatulil, v življenju ne dobiš veliko. Glede na to, da je bil – kot nekakšen osebni tekaški vrhunec tega leta – pred menoj naslednji vikend tek na Grintovec, za katerega sem se že nekaj časa tudi usmerjeno pripravljaj, tajming ne bi mogel biti bolj primeren.

Grintovec se je z leti izluščil kot moj osebni osrednji tekaški izziv. Za seboj sem imel dve desetletji teka, nekaj maratonov, gorskih tekov in polmaratonov. Sam pri sebi sem vedel, da v zadnjih letih pospešeno iščem resnejši tekaški preizkus ter z njim kondicijsko, zrelostno in osebno rast. Teka nikoli nisem razumel kot le fizično dejanje, lovljenje rezultatov ali izgovor za druženje, temveč kot celovito doživetje, potovanje med različnimi občutki, spoznanji in navdihom.

Zato sem se razveselil, ko so mi znova naproti prišle strme poti Grintovca, vesel pa sem bil tudi dejstva, da sem se nanje sposoben podati kolikor toliko suvereno. Po naši odločitvi mi je postalo jasno, da bi v primeru uspešnega vzpona na vrhu Grintovca nemara lahko začutil nekaj novega in svežega. S takšnimi mislimi sem se znašel pri izviru Kamniške Bistrice, na štartu grintovškega gorskega teka.

Ko sem zagrizel v prvi resnejši klanec, ki se začinja po spodnji postaji žičnice, mi je postalo jasno, da bom dobil tisto, po kar sem prišel. Grintovec me bo s svojim neverjetnim vzponom spet preizkušal in silil k predaji. Ta gora od tebe zahteva, da jo

nenehno zalivaš s svojim znojem, da jo hraniš z najljubšimi citati iz filmov in knjig in da ji izročiš tiste refrene pesmi, ki ti v težkih trenutkih prinašajo pogum, odločnost in borbenost. Grintovec, ta peklenski hrib nebeških razsežnosti, je med tekmo s teboj ves čas v pristni komunikaciji. Zanima ga, kdo si in zakaj si tu. Hlasta po tvoji najbolj iskreni osebni mantri. Brez izmenjane besede te hoče spoznati in začutiti, da bi se lahko odločil. Odločil pri tem, ali te bo sploh spustil na svoj resnični vrh, ki se nahaja dosti višje od izmerjene oznake 2558 metrov. Šele ko te začuti, ti dovoli, da se spoznaš tudi sam. In to je njegova resnična veličina.

Ne vem, zakaj, ampak tokrat sem se med prebijanjem na vrh vztrajno vračal na začetek svojih tekaških poti. Morda sem si preveč površno zamislil, kaj me čaka, in me je strmi vzpon zato resno preizkušal in tudi dodobra načel. O, da, čisto mogoče je, da sem se kakih tristo metrov pod Zoisovo kočo na Kokrškem sedlu, ko te strmina do popolnosti razgali, za nekaj trenutkov celo zasmilil samemu sebi, kar ob takšnem početju zagotovo ne pomaga. A sem se hitro zbral. Kadar mi je zares težko, se vrnem na začetek, v tekaško maternico, in v čas, ko sem prve tekaške kilometre ubiral okoli Žal v košarkarskih copatih, medtem ko se je večina vrstnikov »zapijala« na srednješolskih zabavah. Zna biti da sem posegel po iskrenem trenutku tekaške meditacije, ko brskaš po sebi ter iščeš voljo in moč in ko se v želji po premostitvi neugodja umakneš pred zunanjim svetom z namenom, da bi se vanj vrnil močnejši.

Da, moj tek je skozi leta postal dejanje, ki presega zgolj fizični napor. Dejanje, ki plemeniti moj vsakdan ter mi z gibanjem daje natanko to, kar pričakujem od njega. Med sivimi skalami se spominjam čara prve desetke, izkušnje prvega vzpona, gostobesednega klepeta samega s seboj v dežju, sanjarij v snegu, opoja v cilju prvega maratona ... Spominjam se, kako sem se ob tekaških korakih spoznaval, otipaval trenutke svoje šibkosti in nemoči, taval v mračnih mislih, srečeval verze, kitice, ideje, misel, smisel ...

Daljši in intenzivnejši kot so postajali moji teki, skromnejši sem postajal sam in bolj sem bil pripravljen na dialog s seboj.

Ko jo že rahlo omotično ubiram po vršni piramidi, priznavam Grintovcu, da mi je vnovič pomagal na poti k sebi, in se sprašujem, ali podobne misli divjajo tudi pri drugih tekačih. Na vrhu uživam, čeprav desna stegenska mišica ječi v krču ter je vse skupaj nekoliko zamegljeno in oddaljeno. Na okrepčevalnici vzamem vodo in nekaj koščkov čokolade, poiščem svoj kotiček, sedem in s pogledom objamem bližnje stene, poti in vrhove. Ta trenutek ne potrebujem ničesar drugega. Kmalu zaprem oči in v mislih podoživim celotni vzpon. Eden najtežjih gorskih tekov v Evropi se je zgodil na enega najbolj vročih dni leta. Vremenslovci so odsvetovali pretirano aktivnost in izpostavljenost soncu. Kljub temu nas je šlo veliko vse do vrha. S pravim odnosom v glavi je človek zmožen marsičesa. Omahljivost v takšnih primerih ne pride v poštev, saj lahko oslabi fizično še tako dobro pripravljenega človeka. Komaj vidno pogladim sivo kamenje in nastavim lice blagodejnemu vetru. Tam zgoraj mi postane jasno, da sem takšnim napornim trenutkom hvaležen, da jih potrebujem, saj me pahnejo v stanja blizu blaženosti.

Med vračanjem v dolino razmišljam o načrtovani ameriški ekipni preizkušnji in prikimam spoznanju, da je konec julija na najvišjem vrhu Kamniško-Savinjskih Alp prišlo do trenutka, ko sem v svoji domišljiji prvič stopil na štartno črto ultrabluesa.

Ko blizu gozdne meje srečam ženo Vesno in sina Lina, se razveselim kot majhen otrok. Poslal sem jima SMS-sporočilo, da ju želim, da ju moram videti in se z njima podružiti v tem enkratnem okolju. Želel sem deliti nakopičena občutja in spoznanja in njuna družba je pomenila piko na i popolnemu dnevu ter točko vrnitve. Prešerno razpoloženje dopolni najstniško nabriti SMS, ki mi ga je poslala hčerka Nia.

»*Ta star*!, a si še živ?«

O, še kako sem živ, deklíč. Z eno roko primem Vesno, z drugo Lina. Čutim, da bo izziv, ki je pred menoj, hkrati tudi izziv za



vso družino. Ko se bližamo avtu, se zavedam, da sem si odprl še eno novo fronto, ki bo veliko zahtevala od mene. Vendar pa se mi zdi, da imam kljub svoji blago nori odločitvi vso njihovo podporo. Vedo, da mi tek pomaga krotiti stres, s katerim se soočam v vsakdanjem življenju, in mi omogoča poglobljeno razmišljanje, nujno potrebno za ideje in pisanje.



## Samo | **Boštjan v Logarski dolini, Žiga na Grintovcu, jaz pa ...**

Kompanjona, tako sem nas poimenoval po Žigovi zbirki mladinskih romanov, sta se na naš načrt odzvala z brutalnim vikend treningom, jaz pa sem se odzval s počitkom. Boštjan se je dobre tri ure podil okoli Logarske doline, najbrž s tempom, ki ga sam ne bi zmozel slediti niti s kolesom, Žiga je v izvrstnem času – dve uri in štiriindvajset minut – prišel na vrh Grintovca (pred leti, ko sem šel najhitreje, sem potreboval četrto ure več), jaz pa sem v soboto zvečer opravil svoj standardni desetkilometrski tek v eni uri, naslednji dan pa pri ponovnih tridesetih večernih stopinjah odtekel še »hitrih« sedem kilometrov. In to je bilo vse.

Verjamem v počitek in regeneracijo. Predvsem zato se letos nisem hotel udeležiti teka na Grintovec, čeprav sem bil pripravljen zanj, saj mislim, da vsaka prava tekma dodobra izmolze organizem. Na njej daš od sebe pač najboljše, kar imaš, ne glede na to, ali si v športnem smislu tak »ziheraš«, kot sem jaz. Moram se paziti, sem se prepričeval, in bil hkrati na preži, da se ne bi v zadnjem trenutku impulzivno prijavil na dirko. Vročina je bila dober izgovor za to. Sem pa nestrpno čakal, da mi bo Žiga poslal SMS, da mu je uspelo.

Letos sem se udeležil že kar nekaj vztrajnostnih prireditev, vse z namenom končne udeležbe na gm40. Spomin nanj je bil še kako živ. Tudi takrat ko sem se odločal zanj, me je oplazil neki

vrag, tisti vrag, ki obstaja v človeku, da si, dokler je še v naponu moči, zadaja vse večje in vse težje izzive. Le zakaj ne – enkrat vsi popadamo v večni prepad neskončne minljivosti.

Da sem se udeležil gm40, za športnika mojega kova precej surove telesne preizkušnje, na kateri moraš ob klasični maratonski dolžini premagati še skoraj tri tisoč metrov vzponov in spustov, je bilo kar nekaj razlogov. Eden je bil seveda ta, da ga je kot skupni podvig, nekakšen *reunion* po desetih letih, predlagal prijatelj Igor. Drugi, morda še pomembnejši razlog je bilo srečanje z ultratekačem Alešem, ki je prebral mojo maratonsko knjigo, v kateri je kar nekaj govora o hribih, in mi rekel, da se mu glede na izpovedano zdi, da je zame najprimernejša športna aktivnost gorski tek. Seveda s tem ni mislil kake grintovške preizkušnje, ki pomeni samo tekaški vzpon, temveč klasične gorske oziroma gozdne (*trail*) trekking teke, v katerih se bolj ali manj prijazno izmenjujejo vzponi in spusti.

Če si rekreativni tekač, kot sem jaz, potem tak tek dejansko ne pomeni običajnega teka, temveč spontano kombinacijo teka in hitre hoje glede na teren. Ko sem se po nekaj spomladanskih hribovskih pohodih in tekih za nekoliko intenzivnejši trening udeležil maratonske polovičke Najnaj21, »najlepšega in najtežjega polmaratona pri nas«, kot so ga poimenovali, na katerem je bilo treba ob enaindvajsetih kilometrih v dolžino obdelati še tisoč tristo višinskih metrov klancev in spustov, sem za to potreboval tri ure, kar pomeni, da sem dosegel hitrost sedem kilometrov na uro. Za dvakrat daljšo razdaljo sem načrtoval, da se bom še krepko upočasnil in da bom potreboval približno osem ur.

Izziv gm40 in podobnih telesnih preizkušenj je dejansko v prilagajanju presnove, me je kakšen mesec pred štartom poučil Aleš. Za razliko od klasičnega maratona, pri katerem lahko nekako zblefiraš tudi prek glikogenskega »zidu«, ki se pojavi nekako po treh urah napora, saj si kako uro kasneje že na cilju, ti gm40 in drugi teki dolžine pet in več ur, tega ne omogočajo več.

Naučiti se moraš gibati s pomočjo kurjenja maščob in to je to. Za gm4o mi je svetoval dvoje: 1) na dolgem spustu naj ne bom prehitel, saj si lahko drugače res preveč »nabijem kvadricepse«, kar bi mi onemogočilo normalno nadaljevanje poti, in 2) naj, če mi ustreza, pred drugim, torej porezenskim klancem, zaužijem kak energijski gel, po možnosti kombiniran s kofeinom. V celoti sem upošteval obe navodili.

Ta maraton je bil svojevrstna preizkušnja in izkušnja; najprej petnajstkilometrski vzpon iz Baške grape skoraj do vrha Črne prsti v skupni višini približno tisoč dvesto višinskih metrov, ki mu je sledil trinajstkilometrski spust do Hudajužne, za tem pa je bil na vrsti še hud klanec na Porezen (tudi v drugo kar dobro čez tisoč višinskih metrov) v dolžini sedem kilometrov, ki se je končal v približno enako dolgem spustu do izhodišča maratona. Na progi sem bil osem ur, razen utrujenosti nisem imel nobenih večjih težav, torej nobenih krčev, nobene večje dehidriranosti, niti ne ultimativne utrujenosti, ki mi ne bi več dovolila premikati nog. Gela s kofeinom sem zaužil po dveh tretjinah dolžine pred drugim klancem. Pazil sem, da sem jedel in pil že vse od začetka proge, po koncu sem seveda bil utrujen, hkrati pa tudi vesel, saj sem v nenehnem gibanju uspel zdržati toliko časa.

Tudi zato se mi stokilometrski Zion ne zdi nepremagljiva razdalja. Vem pa, da moram v naslednjih osmih mesecih narediti tri stvari: a) počasi zgraditi svojo vztrajnostno kondicijo do višav, ki pritičejo kakim neuničljivim športnim planincem, ki so v stanju le z malo počitka hoditi od ranega jutra do pozne noči, torej kakih šestnajst ur, b) pripraviti svoje telo do stanja, v katerem pride do nemotenega pretoka energije, potrebne za gibanje, ki jo je treba večidel počrpati na okrepčevalnicah, saj se na taki preizkušnji porabi za kakih pet dni običajnega energetskega vnosa, tega pa je treba sinhrono in neagresivno ves čas vnašati v telo; to zahteva tudi občutnejši »preklop« na maščobno presnovo, in c) močno okrepiti mišice in sklepe po vsem telesu, da v ključnih

trenutkih ne bo prišlo do »zloma« kakega najšibkejšega člana. Samo tri stvari, sem pomislil, a vseeno veliko dela za naslednjih osem mesecev. Šlo bo v ritmu bluesa, ultrabluesa.

Najprej pa sem se seveda hotel dobro spočiti in regenerirati s krajšimi in hitrejšimi teki ter s počasnimi in dolgimi pohodnimi turami. Neka utrujenost od tega gorskega maratona je namreč vseeno ostala v mojem telesu in me tudi po šestih tednih opominjala, naj ga pustim še nekaj časa na miru. Čutil sem jo nekje med prsnim košem in nogami, zaznaval pa sem jo z duhom. Bila je vse tišja, a je še odzvanjala v meni. Naj fanta kar drvita po hribih in dolinah. Mlajša sta. Jaz bom šel v svojem ritmu. Tudi Kenijci si po tekaški sezoni vzamejo počitek, se posvetijo družinskemu življenju in pridobijo kak kilogram. Nekaj je na tem receptu, sem si mislil in se s hčerko Zojo in z Renny čez vikend, ko je bilo spet napovedanih več kot petintrideset stopinj (prave temperature za Žigo in Boštjana, sem pomislil nanju), odpravil tisoč metrov više, na Pokljuko kot izhodišče za triglavske strmine.



### Boštjan | **Začeli smo, zdaj ni umika**

Treba bo teči plansko. Če ne bi šlo za (gorski) ultramaraton in če ne bi teka namenoma spremenili v ekipni šport, bi bilo težko. Tako pa se vsakega treninga posebej lotim z izjemnim veseljem.

Vsi okoli mene tožijo o siloviti vročini. Po navadi so to tisti, ki dve tretjini leta tarnajo zaradi silovitega mraza. Mene vročina ne moti. Še več – pri treningu me dodatno »stimulira«. Imam občutek, da sem naredil *nekaj več*. In osvežitev, ki preprosto mora slediti, je toliko bolj prijetna.

Z Majo in tibetansko mešanko Lady smo že v petek popoldan odšli v Kranjsko Goro. Moj tretji dom. Drugi je Cres. Bil je prav poseben dan. Vsaj zame. Izšla je namreč moja druga knjiga *Upor: arabska pomlad in evropska jesen*. Zadnji dve leti in pol mojega

dela. Teren, v živo. Kako se je Sredozemlje uprlo diktaturam in neoliberalizmu. Egipt. Libija. Sirija. Grčija. Španija. Ciper. Slovenija. Grdo bi lagal, če ne bi dejal, da sem ponosen. Ljubim knjige. Obsesivno jih ljubim. Zdaj, ko jih pišem tudi sam, se prvič v življenju počutim celostno samouresničenega. In tudi zaradi knjige sem izbral Kranjsko Goro, kjer sem v popolni osami napisal tako jedro svoje prve knjige *Vojna terorja kot Upor*.

To so bili eni izmed najlepših tednov mojega življenja. Vedno sredi zime. Vedno ista rutina. Zgodnje vstajanje. Enourni tek po snegu. Pisanje do kosila. Sklece in trebušnjaki. Tudi po tisoč. Pisanje do večerje. Velikokrat tudi nočno smučanje za dodatek. Potem branje pred spanjem. Prost vikend – seveda za smučanje. Še eno veliko ljubezen.

In zdaj, ko je nova knjiga zunaj, sem se prišel Kranjski Gori prav lepo zahvalit. Že spet z novim ciljem.

Vstal sem sorazmerno zgodaj. Z Majo sva slabo spala. Nepotreben in očitno prastar sladoled na črpalki. Zaslužene prebavne motnje. Skromen zajtrk. Težko bi šlo v hrib s polnim trebuhom. Smer: Vršič in potem Sleme. Lep, sorazmerno hiter, neverjetno lahkoten tek. Čisti užitek. Noge in glava so bile enako motivirane. Tekiški zen je motil le res gost promet. Kot da bi bil v Kairu in ne v Triglavskem narodnem parku.

V največje zadovoljstvo mi je bilo prehitovati kolesarje v polni, več tisoč evrov vredni opremi. Ogromno jih je bilo. Prehitela sta me, in to kot poslednjo siroto, le dva. Vsa čast, sem pomislil. In si na vrhu segel v roke z enim najbolj inteligentnih in družbeno angažiranih ljudi, ki jih poznam. Pravnika Andraž Teršek, preprosto velikan. In kolesarska žival. *Soul-mate*. Izmenjala sva par skrajno samozavestnih komplimentov in že je krenil proti Trenti in od tam na Mangart.

Tik pod vrhom sta se mi (z avtomobilom) pridružili še Maja in Lady. Solidno hitro smo – sonce je res žgalo – krenili proti mističnemu Slemenu. Imel sem občutek, da bi lahko tekel do neba.

Samouresničitev je najmočnejši doping. Med vzpenjanjem, ko smo prehiteli »nedeljske planince«, Lady pa samo sebe, sem ves čas mislil na očeta. Kako rad ga imam! Prehodila sva ogromno hribov. Mislim, da sva še vedno v slovenskem vrhu po številu različnih izpeljanih »kanjoningov«. Kako fantastičen šport je to! A potem ga je zdelalo. Smola. Morda tudi kanček pretiravanja. Neuspešna operacija križa jeseni 2005. Njegova motorika – predvsem občutek za ravnotežje – se je začela progresivno rušiti. Veliko je bilo diagnoz. Nič ni zares pomagalo.

Ob tem je oče svoje življenje v celoti posvetil težko bolni mami. Multipla skleroza ima zoprni vzdevek: »bolezen partnerja«. Zadnjih petnajst let je bolj ali manj skrbel – kako neverjetna lekcija o odsotnosti kakršne koli sebičnosti!!! – le za mamo. Skrbi za mamo. In skrbel bo za mamo. Kot se rado zgodi, je pri tem pozabil nase. Zato me ves čas preganjata slaba vest in občutek krivde. Da nisem dovolj prisoten. Da dajem premalo. In še marsikaj hujšega.

Tudi zaradi mame sem začel obsesivno teči. Velikokrat, ko me je že skoraj zmanjkalo, mi je misel na njen neverjetni boj z boleznijo, na pogum in borbo brez primere dala odločilne moči. Ne le v športu. Tudi na težkih terenih. V »težkih« odnosih. V težkih trenutkih. V resnici ni nič težko: ko gledam mamo in očeta, je *težko* iluzija. Alibi za, kot bi dejal Samov pokojni oče, pezdete.

Na Slemenu sva bila z očetom večkrat. V različnih obdobjih mojega »razvoja«. Vedno je bilo nepozabno. Noro lepo. Jalovec, kraške jame na dva tisoč metrih, veliki pupki v malih mlakužah, stena Male Mojstrovke in plezalci ter njihovi odmevi v njej. Še en spomin na pokojnega velikana slovenskega in svetovnega alpinizma Pavleta Kozjeka, ki me je brez predhodnega plezalnega znanja leta 2002 v štirih urah in pol potegnil čez eno zahtevnejših smeri v severni triglavski steni in postal moj plezalni mentor. Kakšna čast! Pavle je bil eden največjih in najbolj etičnih ljudi, ki sem jih spoznal. Zares blizu bogovom. Tako ali drugače. Potem,

ko se je avgusta 2008 ubil v Himalaji, nisem splezal niti enega samega metra več.

Lady je na vrhu Slemena poiskala prvo senco. Jezik, nenadoma dolg skoraj pol metra, se je razlezel po tleh. Z Majo sva se ustrašila, da je morda nisva preveč zdelala. A prav nič ubogo ščene ima marsikaj za seboj. Med spustom je ona narekovala tempo.

Po skutinih palačinkah z brusnično omako je sledila osvežitev v Pišnici. Kjer je mammo vedno opeklo. Sklece, trebušnjaki, branje, (re)hidracija, popolno zadovoljstvo. Sprehod po polni in svetovljanski Kranjski Gori. Bohinjci, učite se! Jutri sledi lahkotnih deset kilometrov in »vročinski« dve uri nogometa s staro ekipo v Borovnici. Upam, da bomo skupaj igrali do stotega leta. Res, obsesij ne zmanjka.

Hierarhija mojih športov (kot akter, ne kot navijač – tam je vrstni red drugačen): 1. smučanje, 2. nogomet, 3. tek.

Včasih se športna hierarhija pokrije tudi s hierarhijo ključnih življenjskih želja. Mir. Tišina. Prostor. Čas.

Vse to, upam, ponuja ultramaraton. To je velika, ogromna reč, ki si je sploh še ne znam predstavljati. Težko bo. Da bomo znali skupaj jesti drek, se moramo čim prej in čim bolj spoznati.



## Žiga | PST, prvič

Počasi sem začel dojemati, česa smo se pravzaprav lotili. Stokilometrski tek na drugi strani sveta je projekt neslutelih razsežnosti, ki deluje predvsem motivacijsko in presežno, seveda v smislu preseganja lastnih meja. Kar nekajkrat sem se v preteklih letih spraševal, kakšen postane tekaški svet po 42-ih kilometrih. Na to temo sem prebral številne knjige, članke in intervjuje ter si skušal predstavljati, kako bi se na takšni razdalji počutil sam. Kdo ve, zakaj se takšnega izziva nisem lotil že prej? Prvi maraton sem namreč pretekel jeseni leta 1997, ko sem bil star 21 let.

Kot kaže mi je ta razdalja tedaj zadoščala in so takrat v prvi plan stopili drugi interesi in izzivi, kot so plezanje in nato prav kmalu tudi družina. Očitno je moralo preteči šestnajst let, da bom spoznal, kaj tudi v praksi pomeni ultra.

Projekta ultrablues sem se lotil na polno. Zato sem – kljub napornemu teku na Grintovec – v tednu, ki je sledil, odpisal regeneracijo in s prebičanimi nogami opravil nekaj tekov, da bi vsaj približno predvidel stanja, ki jih bomo gotovo srečali v prihodnjih mesecih.

Že v ponedeljek, dan po gorskem teku, se je načrtovani regeneracijski tek sprevrgel v intervale na bližnjem klancu. Z menoj je bil sin Lin, ki se je nič hudega sluteč podal na lahkotnejši tek, na katerem naj bi poklepetala in se malce raztegnila na bližnjih rekvizitih. Še dobro, da je desetletnik v dobri telesni formi, ki je posledica rednih treningov nogometa in *floorballa*. Poleg tega ga odlikuje močna in zrela volja, po svetu pa prenaša le dobrih trideset kilogramov. Takšen je pravi partner za krajše vzpone in podobne tekaške norčije. Čudil sem se predvsem njegovi hitri regeneraciji po opravljenem klancu. Fant na vrhu potrebuje vsega nekaj sekund, da zaduha s polnimi pljuči in že oddivja po klancu navzdol. Sam kljub zadovoljivi formi potrebujem precej več časa ter zbranosti, da »poravnam« pulz in sapo. Zadihanost in bolečine v nogah mi ne predstavljajo prevelike težave, skupni vzponi pa naju tako zabavajo, da jih še nekajkrat ponoviva. Da je stvar še nekoliko bolj zanimiva, se ob tem igrava kolesarske pobege, ki sva jim bila letos priča ob spremljanju prenosov kolesarske dirke po Franciji. On je Nairo Quintana, neuničljivi kolumbijski hribolazec, jaz Joseba Beloki, baskovski kolesarski bojevnik. Eden se odlepi, drugi mu sledi in pokriva pobeg. Enkrat mu uspe, drugič ne. Etapne zmage na gorskem cilju nekje v navideznih Pirenejih prehajajo iz roke v roko. Končno zmagoslavje tokrat pripade mlajšemu. Privoščim mu in se tolažim, da sva zmagovalca oba. Zmagovalca v smislu, da je tek za naju postal igra



oziroma povezovalni dejavnik med očetom in sinom. Tu na tem skromnem klancu sredi gozda imaš vse, kar potrebuješ. Domov se vrneva z velikim nasmehom.

In čez en dan, proti večeru, vse skupaj ponoviva.

Tokrat je Lin na kolesu, jaz v tekaških copatih, pred nama pa hitrih deset kilometrov. Na zahodu, proti kateremu tečeva, je še svetlo, za nama tema. Povsod okoli naju se izrisujejo obrisi vrhov. Kamniško-Savinjske Alpe, Karavanke, Julijci, Polhograjci. Nad nama mežikajo zvezde. Midva pa v besnečem tempu, kot da beživa pred temo, prebirava metre in razpravljava o vsem mogočem. Tudi o tem, da moramo še letos nujno prespati v neki gorski koči, kjer bomo še bliže nebu, zvezdam in sebi.

Na koncu teka si privoščiva šprint. Gorska kolesarja Quinta in Beloki se spremenita v šprinterska junaka Greipla in Kittla. Spet potegnem krajši konec.

Zunaj je tako lepo, da zvečer na sprehod povabiva še Nio, Vesno in našo psičko, belo labradorko Šapo.

Po nekaj dneh, na zgodnje sobotno jutro, je na vrsti tek po Poti spominov in tovarišstva oziroma PST-ju. Gre za edinstven zeleni prstan okoli Ljubljane, ki ponuja dobrih trideset kilometrov teka po urejeni peščeni poti. Zavedam se, da bo proga, ki mi je podarila veliko tekaških izkušenj in spoznanj, tudi v prihodnje moj osrednji tekaški poligon. Dolžina je ravno pravšnja. Vstanem ob pol šestih zjutraj in oklevam. Za menoj je precej naporen delovni teden. Sestanek z ekipo ultrablues je bil eden lepših in bolj sproščениh trenutkov. Ob njem je teden sestavljala kopica drugih delovnih srečanj. Večina je od mene zahtevala precejšnjo mero zbranoosti in takojšnji odziv. Pisanje, brainstormingi, zapisovanje in oblikovanje idej, potrditve, zavrnitve, prestavljanje že dogovorjenega. Marsikaj je bilo in je še vedno vezano na roke, ki so seveda naviti do skrajnosti. Treba je biti dosleden, kar zahteva veliko energije.

Tiho se oblečem in čez nekaj minut se v jutranji meglici krmežljivo prestopam z noge na nogo. Sprašujem se, ali bi sploh šel,

česar ne počenjam pogosto. Noge so nacefrane, utrujene, zbite in dojemljive za poškodbe. Precej zdelan sem za tri ure teka, ki je v načrtu, bolj fino bi se bilo vrniti v posteljo in zadevo prestaviti na jutri. A jutri je lahko prepozno. Zato kdaj, če ne zdaj?

Noga sama preide v tekaški korak, predramijo se tudi misli. Zdaj smo ekipa z jasnim ciljem. Ciljem, ki ne bo dopuščal polovičarstva, smiljenja samemu sebi in iskanja bližnjic. Bližnjice pri ultramaratonu? Ja, seveda! Sem rekel ultramaraton? O, da! Končno! Noga kar sama od sebe pospeši tempo čez Golovec. Pot prečkata dve srni. Lepo se pozdravimo in povabim ju k šprintu. Zmedeno me gledata, kako ob prepevanju hardcore klasike *Guilty of being white* oddivjam naprej. Noge že v prvih kilometrih sporočajo, da niso sveže in da se tega v nobenem primeru nočejo iti. Še malce privijem tempo.

Preizkus, ki nas čaka, nas bo po mojem navil daleč prek naših zmognosti. Govorili smo o sivih conah, o neznanem, o urah in urah neprekinjenega teka. Za nekatere dom, za nas tujina.

Tudi zato sem pri sebi sklenil, da mora biti vsak tek, ki se ga bom lotil, na neki način veličasten in dostojen. Potrebujem namreč odgovore. Moram biti pripravljen. V ameriški divjini bo šlo predvsem za premagovanje lastnih meja. Za brco v rit okolju, v katerem je posamezniku domače in lepo.

In sobotni tek po PST-ju je bil prvi korak v to smer. Noge so ječale, svežine ni bilo od nikoder, šlo je težko. Prekleteo, od mojega zadnjega teka po tej poti se mi je pri Murglah zdelo, kot da jo je nekdo podaljšal za nekaj sto metrov. Trmasto vztrajam mimo Tržaške, ki jo prečkam pri rdeči, medtem pa se sprašujem, kako bom lahko uskladi obsežne treninge z družino in delovnim vsakdanom.

Ko sem za seboj pustil Koseški bajer mi je postalo jasno, da sem storil nekaj, česar pred letom dni še nisem zmogel. Leta 2012 sem si po teku na Grintovec, brez takšnega motiva, kot ga imam tokrat, vzel nekajdnevno tekaško pavzo. Tudi sicer sem se

po daljših tekih rad »šparal«, dobro jedel in odmisлил vse oblike fizične aktivnosti. To zdaj odpade, razmišljam. Na škrge bo treba. Na škrge in na glavo.

Da je sto kilomerov spoštovanja vredna razdalja, se mi dokončno posveti na petindvajsetem kilometru, ko se je uprl organizem in se je vse skupaj bolj ali manj ustavilo. Seveda sem še tekel in napredoval, vendar so mišice, kite in vezi iz metra v meter začeli vse bolj zobati utrujenost, bolečine in drugi skušnjavci. Bil sem natančno tam, kjer sem hotel biti. V novi coni, ki se ji je bilo treba predstaviti in jo spoznati. Na Zionu bi s temi kilometri premagal komaj prvo četrtino poti. Da, komaj bi se dobro ogrel. Na ravnini pri vojašnici *Franca Rozmana Staneta* sem se, okušajoč prvo tekaško krizo teh priprav, počutil majhnega in ranljivega. Do konca je bilo le še nekaj kilometrov, jaz pa sem bil že izgubljen in tavajoč. Izgubljen z razlogom. Tudi Vesno, ki mi je prišla naproti, sem komaj zaznal. Razumela je, v kakšnem stanju se nahajam, in stekla dalje po svoje. Glavo sem potegnil globlje med ramena in nadaljeval.

»Ko se začenja ustavljati in boleti, nadaljuj. Mogoče bo čez nekaj časa bolje,« pravi ena izmed tekaških modrosti. In to se je čez nekaj časa tudi zgodilo. Tempo se je nekoliko dvignil in dosegel sem, kar sem si zadal. Na cilju sem se počutil izpolnjeno in domače.