

Gdy życie daje w kość

Kiedy pijany zasypiał w piwnicach, rozumiał, że w życiu przegrał wszystko. Nie wiedział tylko, jak silny ma charakter. Odkrył to, biegając ultramaratony.

Tomek Manikowski jest alkoholikiem, trzeźwym od ośmiu lat. Pochodzi z Dzierżowa, spod Gorzowa Wielkopolskiego. Mieszka w Irlandii. Ma 43 lata. Pracuje w piekarni „Irish Pride”. Wspólnie z zięciem prowadzi też dwa sklepy, w Ballinrobe i Westport. Ma na koncie maratony i ultramaratony, m.in. w Monako, Belfaście, Dublinie i Wiedniu. Pierwszy jego charytatywny bieg liczył 230 kilometrów. Wtedy pobiegł z Ballinrobe do Dublina, by wesprzeć finansowo Dom Dziecka w Ścinawie. Niedawno, od 10 kwietnia do 1 maja, pokonywał w Irlandii ponadtyśiąckilometrowy dystans. Zbierał pieniądze na Ośrodek Rehabilitacyjno-Terapeutyczny „Dolina Słońca”. Fundacja Anny Dymnej „Mimo Wszystko” buduje go w podkrakowskich Radwanowicach.

- Dzięki takim osobom, jak Tomek, i tak pięknym gestom, nasi podopieczni będą mieli nowe Warsztaty Terapii Artystycznej - mówi Maja Jaworska, dyrektor fundacji. - Takie gesty utwierdzają nas w przekonaniu, że istnieje wiele wspaniałych i odważnych osób, które własne, trudne nieraz życie, a także swoją siłę, dedykują ludziom potrzebującym pomocy.

Upodlenie

Do nieprzytomności upił się po raz pierwszy, gdy miał 13 lat. Alkohol dawał mu poczucie dorosłości, pozwalał brylować w towarzystwie starszych. Potem każda okazja była dobra, żeby pić. Nie wstydził się swojej przeszłości. Mówi o niej, by przestrzec innych. O własnym upodleniu i walce z nałogiem opowiadał m.in. w cyklicznym programie telewizyjnym „Spotkajmy się”, który prowadzi Anna Dymna.

Nieraz usiłował zerwać z nałogiem. Miał co prawda w picu prawie dwuletnią przerwę, ale kiedy nie wyszedł mu biznes z prowadzeniem piwnego ogródka, wrócił do nałogu. Musiał spłacać długi, nadwerzęzył zaufanie bliskich. Przeżył wtedy najdłuższy ciąg. Przez dwa tygodnie pił dzień i noc. Nie chciał po raz kolejny podcinać sobie żył. Pewnej nocy stanął na wiadukcie. Zdecydował, że rzuci się pod pociąg.

- Chciałem umrzeć, radykalnie uwolnić się od siebie - opowiada - i zapomnieć twarz mamy, która mówi do mnie: „Znowu mi to zrobiłeś”. Kiedy tam stałem była we mnie taka myśl: „Stuk, stuk, skocz... Stuk, stuk, skocz”... Powtarzała się jak mantra. Nie skoczyłem. Jakaś siła mnie powstrzymała... Coś było na tym wiadukcie, prawie to widziałem: taki sztyreczek uśmiech, jakby



Tylko własnym wysiłkiem i biegiem umiem pomagać. Będę więc biegł - mówi Tomek Manikowski.

ktoś do mnie mówił: „No masz, gnoju, za swoje”... Do dzisiaj słyszę ten głos.

Po tym, jak stracił pracę, dom i rodzinę, nocował na klatkach schodowych, strychach albo w piwnicach. W końcu zamieszkał z rodzicami. Chciał żyć. Też wtedy pił. Robił to ze wstydu i żalu do świata. Tamta sytuacja na wiadukcie kolejowym dała mu jednak sporo do myślenia. Raz jeszcze postanowił podjąć walkę z chorobą. Znalazł się w szpitalu psychiatrycznym w Ciborzu.

- Nigdy nie spotkałem człowieka, który powiedziałby mi: „Facet, masz problem alkoholowy, jesteś chory” - mówi. - Cały czas myślałem, że to jest wada mojego charakteru. Jakoś się z tym pogodziłem. Dlatego tak trudno było mi wyrwać się z tego opętania. W Ciborzu poznałem innych alkoholików. Ich opowieści były podobne do mojej. Każdy stracił wszystko i chciał odbudować swoje życie. Byli w tej grupie ojcowie, mamy, babcie... Zrozumiałem, że nie jestem sam. Przestałem się nad sobą użalać.

W Ciborzu zaczął biegać. Początkowo traktował to jako dodatkową terapię. Z czasem pokonywał coraz dłuższe dystanse. Nauczył się również tego, że bieg może uzdrawiać jak modlitwa.

Biec, aby pomagać innym

Zdecydował się przebiec ponadtyśiąckilometrowy dystans, by zbierać pieni-

dze na rzecz Fundacji Anny Dymnej „Mimo Wszystko”. Był pewny, że tak czy inaczej, ukończy ten bieg.

- Jestem pod wielkim wrażeniem działalności fundacji pani Anny - tłumaczył. - Tylko własnym wysiłkiem i biegiem umiem pomagać. Będę więc biegł.

Niektórzy twierdzili, że nie można przebiec ponad tysiąca kilometrów w 21 dni, że będzie oszukiwał i pewnie część trasy przejedzie. Nie brali pod uwagę, że uczciwość nauczyła go walka z chorobą alkoholową.

Biega też dla Boga. Kiedy to robi, zawsze niesie w myślach jakąś intencję: za rodzinę, przyjaciół, ofiary tragedii pod Smoleńskiem albo pod opieką Fundacji „Mimo Wszystko”. Boga oszukać się nie da. Nie można też oszukać siebie. On, alkoholik, dobrze to wie. Twierdzi też, że życie wyłącznie wtedy ma smak, kiedy daje w kość.

Dystans maratonu dzień po dniu

10 maja o 9.00 wybiegł z Dublina. Na drogę zabrał trzy pary butów i kilka podkoszulek z polskim i angielskim napisem „Bieg Mimo Wszystko” oraz logo fundacji Anny Dymnej. Towarzyszył mu samochód z dwoma wolontariuszami: Michałem i Robertem. W każdym miesiącu, w którym nocowali, odbywały się spotkania. W ich trakcie opowiadał o chorobie alkoholowej oraz działalności krakowskiej fundacji. Przeprowadzał też kwestę. W

jego inicjatywę włączyły się firmy, instytucje i organizacje polonijne. Sale, w których miał spotkania, zapelniały się ludźmi. W ciągu dnia biegł jednak samotnie. Samotność czasami potwornie mu doskwierała.

Najdłuższy odcinek „Biegu Mimo Wszystko”, z Ballyconnell do Ballybay, liczył 67 km. Najkrótsze, z Middleton do Cork i z Ballina do Dromore, miały po 30 km. Średnio pokonywał codziennie dystans maratonu.

Nie znał ukształtowania trasy. Gdy docierał do kolejnych miast, towarzyszący mu wolontariusze wyjeżdżali wieczorami na „zwiaady”. Sprawdzali, co go czeka następnego dnia. Przestali to robić na kilka dni przed zakończeniem biegu. Nie chciał już słuchać o wzniesieniach, jakie będzie musiał pokonywać, nie chciał mieć świadomości wysiłku, z którym musi jeszcze się zmierzyć. Zmagał się z kontuzją ścięgna w lewej nodze. Z uporem powtarzał jednak, że dotrze do mety nawet wtedy, jeśli musiałby biec nocą. Na trzy dni przed osiągnięciem mety w Dublinie, powiedział półzartem półserio, że gdyby wiedział, jaką przejdzie katorgę, to - być może - tego wyzwania by nie podjął.

Irlandzki rekord

Zgodnie z planem, pod eskortą motocyklisty Gardy, wbiegł do Dublina 1 maja, kilka minut po 17.00. Nikt przed nim w Irlandii nie pokonał tak morderczego dy-

stansu. W Polskim Ośrodku Społeczno-Kulturalnym witali go najbliżsi i przyjaciele: żona Justyna, córka Magdalena i wnuczka Oliwia. W gronie tym była też Agnieszka Pacyga, konsul Ambasady RP w Irlandii.

- Czuję się dobrze, chociaż w nocy bolały mnie nogi - mówił następnego dnia. - Analizuję teraz cały swój bieg. Jeszcze go nie ogarniam, ale myślę, że to cud, że wytrzymałem różne trudne chwile. Na mecie w Dublinie nawet nie starałem się powstrzymać wzruszenia. Największym sukcesem „Biegu Mimo Wszystko” jest to, że osiągnąłem jego metę. Ale liczy się też, że poznałem wielu wspaniałych ludzi, którzy pomagali mi na trasie, że poznałem Anię Dymną i ludzi pracujących w jej fundacji, że mogłem w tylu miejscach opowiadać o chorobie alkoholowej. Warto było pokonać taki dystans, by móc to wszystko zrobić.

Niektórzy pytają teraz Tomka, co trzeba robić, żeby przebiec tak wielkie odległości. Odpowiada, że nic szczególnego. Należy po prostu zacząć biegać.

Wojciech Szczawiński

Fundację Anny Dymnej „Mimo Wszystko” można wesprzeć, wysyłając SMS o treści **Dolina Słońca** pod nr 74 711 (koszt: 4,88 zł z VAT); linia TP S.A.: 0-704 407 400. (koszt: 4,95 zł z VAT).