

Haruki Murakami

Autoportretul scriitorului ca alergător de cursă lungă

CUPRINS:

Suferința ca opțiune (Prefață)	5
Capitolul 1-5 august 2005	
Insula Kauai, Hawaii	9
Capitolul 2-14 august 2005	
Insula Kauai, Hawaii	37
Capitolul 3-1 septembrie 2005	
Insula Kauai, Hawaii	67
Capitolul 4-19 septembrie 2005	
Tbkyo	95
Capitolul 5-3 noiembrie 2005	
Cambridge, Massachusetts	121
Capitolul 6-23 iunie 1996	
Lacul Saroma, Hokkaido	141
Capitolul 7-30 octombrie 2005	
Cambridge, Massachusetts	165
Capitolul 8-26 august 2006	
Un orașel de coastă din Kanagawa	183
Capitolul 9-1 octombrie 2006	
Orașul Murakami, prefectura Niigata	203
Pe drumurile lumii (Postfață)	231

Prefață.

Suferința ca opțiune.

Există o maximă care spune că un gentleman adevărat nu discută niciodată despre fostele iubite sau despre impozitele pe care le-a plătit – ceea ce este o minciună sfruntată, scornită de mine adineauri. Îmi cer scuze.

Și totuși, dacă ar exista o astfel de maximă, cred că o altă condiție ca să te numești gentleman ar fi să nu vorbești despre ce faci ca să fii sănătos. Un gentleman adevărat cu siguranță nu se apucă să turuie în public despre cum își protejează el sănătatea. Așa cred eu.

După cum știe toată lumea, eu nu sunt un gentleman adevărat, deci nu am motive să mă cramponez de asemenea lucruri, și totuși mă simt stânenit când scriu această carte. Nu încerc să-mi caut scuze, dar cartea aceasta este despre alergat, nu cu sfaturi pentru sănătate. Eu nu vin să vă propun: „Haideți să alergăm cu toții în fiecare zi, ca să fim sănătoși!” Acestea sunt doar gândurile mele, solilocviul meu despre ce înseamnă pentru mine să alerg în mod constant.

Somerset Maugham a spus cândva că fiecare bărbierit are filosofia sa. Adică orice lucru, oricât de neînsemnat ar fi, făcut zi de zi, capătă o latură meditativă. Iar eu sunt întru totul de acord cu Maugham. Prin urmare nu mi se pare deplasat ca, în calitate de scriitor și de alergător, să aștern câteva rânduri modeste despre alergare, dând astfel o formă concretă gândurilor mele.

Poate că sunt eu prea meticulos din fire, dar simt că nu pot să judec bine un lucru până nu-l pun pe hârtie, și ca să înțeleg bine ce înseamnă pentru mine să alerg, a trebuit să iau stiloul în mână și să scriu.

Eram odată într-un hotel la Paris, întins pe pat în camera mea, și răsfoiam International Herald Tribune, când am dat chiar peste un articol dedicat maratonistilor. Conținea interviuri cu mai mulți maratonști de renume, în care aceștia erau întrebați ce mantră încântau în gând în timpul curselor ca să-și dea curaj.

Mi s-a părut o idee extrem de interesantă. Am fost impresionat de câte lucruri le trec prin cap în vreme ce alergă cei 42,195 km, fapt care demonstrează ce competiție dură e maratonul. Fără o mantră pe care s-o incantezi în gând, ar fi imposibil să rezști.

Unul dintre aceștia își repeta pe tot parcursul cursei o vorbă învățată de la fratele lui mai mare (și el alergător): Pain is inevitable. Suffering is optional. Aceasta era mantra lui. Este greu de transpus în japoneză cu nuanțele exacte, dar o traducere simplistă ar suna cam așa: „Durerea e inevitabilă. Suferința e opțională”.

Să zicem că alergi și la un moment dat îți zici: „Gata, nu mai pot, mă doare de mor”. Durerea e o realitate inevitabilă, dar rămâne la latitudinea persoanei în cauză dacă mai rezistă sau nu. Cred că aceste cuvinte surprind cel mai bine esența maratonului.

Sunt vreo zece ani de când mi-a venit ideea să scriu o carte despre alergat, zece ani în care m-am tot sucit și învățat și am lăsat timpul să treacă fără să pun mâna să scriu ceva concret. Subiectul în sine, redus la un singur cuvânt, „alergare”, mi se pare mult prea vag și n-am reușit să-mi adun gândurile ca să mă hotărăsc exact cum să-l abordez.

Însă într-o bună zi mi-am zis: „Ce-ar fi să scriu eu ce simt și ce gândesc, exact așa cum îmi vine în minte?”

Oricum, alt punct de plecare nu văd”. Am început în vara lui 2005 și în toamna lui 2006 am terminat. Am inclus și un fragment scris de mine mai demult, dar în rest sunt doar însemnări despre ce simțeam și gândeam la momentul respectiv. Să scriu deschis despre alergat a însemnat într-o oarecare măsură să scriu deschis despre mine însumi. Mi-am dat seama de

asta pe parcurs. Astfel, cartea de față poate fi luată drept un fel de volum de memorii, centrat în jurul alergării.

Nu am abordat aici aspecte filosofice, dar am inclus ceva din experiența mea. Poate că nu e mare lucru, dar cel puțin e ceea ce am învățat eu punându-mi corpul în mișcare și acceptând suferința ca opțiune. E posibil ca aceste lucruri să nu poată fi generalizate.

Dar, în orice caz, acesta sunt eu, ca om.

August 2007

Capitolul 1

5 august 2005

Insula Kauai, Hawaii.

Cine poate să rîdă de Mick Jagger?

Vineri, 5 august 2005. Insula Kauai din Hawaii, coasta de nord. E uluitor de senin. Nici urmă de nori. Nici măcar cât să-ți sugereze că ar exista un asemenea concept. Am venit aici la sfârșitul lui iulie.

Ca de obicei, am închiriat un apartament, iar dimineața, cât e încă răcoare, stau la birou și lucrez.

De pildă, acum scriu aceste rânduri. Compunere liberă pe tema alergării. E vară, deci e cald. Se spune că în Hawaii vara e nesfârșită, dar, fiind în emisfera nordică, există toate cele patru anotimpuri.

Vara e (relativ) mai cald decât iarna. Dar, comparativ cu zăpușeala din Cambridge, Massachusetts, care e un adevărat iad îngrădit cu beton și cărămidă, aici e raiul pe pământ. Nici n-am nevoie de aer condiționat. Las geamul deschis și în cameră pătrunde aerul proaspăt. Când le-am spus celor din Cambridge că petrec luna august în Hawaii, toți s-au mirat la unison: „Ce nebunie să te duci tocmai acolo, în plină vară!” Nu știu ei câtă răcoare aduce alizeul de la nord-est, care bate neîncetat.

Câtă fericire îți aduce ție să poți sta liniștit și să citești la umbra răcoroasă a arborilor de avocado sau să înoți când ai tu chef într-un golfuleț din Pacificul de Sud.

Am continuat să alerg în fiecare zi și după ce am ajuns în Hawaii. În curând se fac două luni și jumătate de când am reînceput să alerg zi de zi negreșit, mai puțin atunci când e absolut imposibil.

Azi-dimineață mi-am pus la walkman un MD pe care am înregistrat două albume de Lovin' Spoonful, Daydream și Hums of the Lovin' Spoonful, și am alergat o oră și zece minute.

Sunt la stadiul în care trebuie să măresc treptat distanța zilnică de alergare și deocamdată timpul nu mă preocupă. Doar alerg în tăcere, fără grabă.

Dacă am chef, alerg mai repede, dar dacă grăbesc pasul înseamnă că scurtez timpul de alergare, iar ce încerc eu să fac e să păstrez în mine până a doua zi senzația de beatitudine pe care mi-o dă alergarea. În esență, e la fel ca scrisul unui roman.

Când simt că pot să scriu mai mult, pun stiloul jos și așa a doua zi mi-e mai ușor să o iau de la capăt.

Și Ernest Hemingway spunea ceva asemănător.

Să-ți păstrezi tenacitatea – să nu-ți pierzi ritmul.

E foarte important atunci când faci un lucru care se desfășoară pe o perioadă mai mare de timp.

Odată ce ți-ai impus un ritm, restul se rezolvă de la sine. Dar până începe roțița să se învârtă cu viteză constantă, perseverența e vitală.

În timp ce alergam, a început să plouă, dar a plouat doar cât să mă răcoresc bine. Dinspre mare au venit niște nori groși care au împânzit cerul, s-au scuturat puțin și au plecat fără o privire înapoi, parcă mânați de treburi urgente. După ei s-a arătat același soare necruțător care pârjolește pământul. Aici, vremea e foarte previzibilă. Fără complicații sau înțeleșuri duble, fără metafore sau simboluri. Am întâlnit pe drum câțiva joggeri.

Bărbați și femei în număr aproape egal. Joggeri plini de vitalitate, care despică aerul alergând de le sfârâie călcâiele, ca fugăriți de o șleahtă de tâlhari. Sunt și joggeri obezi care aleargă pleoștiți, chinuiți, cu ochii pe jumătate închiși și gâfâind în neștire. Poate că și-au făcut un test de diabet săptămâna trecută, iar medicul le-a recomandat călduros să facă mișcare în fiecare zi. Eu unul mă aflu undeva la mijloc.

Oricând i-aș asculta, Lovin' Spoonful sună întotdeauna superb. Muzica lor nu vrea să epateze. Cu melodiile lor liniștitoare răsunându-mi în urechi, încep să-mi amintesc treptat lucruri care mi s-au întâmplat pe la mijlocul anilor '60. Nu e vorba de evenimente importante. Dacă s-ar face un film biografic despre viața mea (numai gândul la așa ceva mă îngrozește), ar fi exact genul de momente tăiate la editare cu un comentariu de genul: „Episodul ăsta poate la fel de bine să lipsească. Nu e rău, dar n-are nici un chichirez.” Da, sunt lucruri simple, banale, însă pentru mine sunt amintiri marcante, utile în felul lor. Fără să-mi dau seama, memorarea lor mă face să zâmbesc sau să mă încrunt ușor. Dar acum iată-mă aici, la capătul unui lanț întreg de asemenea întâmplări banale. Pe coasta de nord a insulei Kauai. Când mă gândesc ce înseamnă viața asta, mă simt uneori ca o bucată de lemn aruncată la mal de apă. Alizeul bate dinspre far și face să foșnească frunzele de eucalipt deasupra capului meu.

Alergarea a redevenit o parte centrală a vieții mele cotidiene anul acesta, la sfârșitul lui mai, când m-am mutat la Cambridge. Și de atunci alerg serios. Mai concret, „serios” înseamnă pentru mine să parcurg șaiszeci de kilometri pe săptămână. Adică zece kilometri pe zi, șase zile din șapte. Mi-ar plăcea să fie zece kilometri pe zi, șapte zile din șapte, dar sunt și zile în care plouă sau sunt prea ocupat cu lucrul și nu am timp. Se întâmplă chiar să fiu prea obosit și să nu am chef de alergat. De aceea îmi rezerv o zi de pauză pe săptămână.

Așadar să alerg serios înseamnă pentru mine șaiszeci de kilometri pe săptămână, adică aproximativ 260 pe lună.

În iunie am alergat exact 260 de kilometri. În iulie am crescut distanța și am ajuns la 310, adică exact zece kilometri pe zi, fără zile de pauză. Sigur că nu alerg chiar zece kilometri în fiecare zi; azi poate sunt cincisprezece, mâine doar cinci. E vorba doar de o medie zilnică de zece kilometri (în ritm de jogging parcurg într-o oră cam zece kilometri).

Cam acesta este nivelul la care pot să spun că am alergat „zdravăn”. De când am venit în Hawaii am reușit să mențin ritmul de zece kilometri pe zi. De mult n-am mai alergat în mod susținut pe distanțe atât de mari.

Vara în New England e mult mai neplăcută decât și-ar putea imagina cineva care n-a simțit-o niciodată pe pielea lui. Sunt și zile răcoroase, cu aer proaspăt, dar de obicei e o arșiță insuportabilă.

Cât bate vântul încă e bine, dar cum a stat, umiditatea care se lasă dinspre mare ca o pulbere fină ți se lipește de tot corpul ca o pânză subțire și umedă. După o oră de alergat de-a lungul râului Charles, sunt learcă de transpirație, de parcă aș fi turnat apă pe mine cu găleata. Pielea mi se strânge de la soare. Am mintea încețoșată și nu pot să leg un gând. Și totuși, când îmi termin porția de alergare, mă cuprinde o exaltare nebună, exaltare pe care o resimți atunci când dai și ultima picătură din tine.

Există mai multe motive pentru care la un moment dat am încetat să mai alerg serios. În primul rând, traiul meu cotidian s-a aglomerat din ce în ce mai mult și nu am mai putut să-mi fac timp liber cum am vrut. Nici când eram tânăr nu pot să spun că aveam tot timpul la discreție, dar cel puțin nu aveam atâtea treburi pe cap. Treburile astea par să se înmulțească pe măsură ce înaintezi în vârstă. Un alt motiv ar fi că a început să mă atragă mai mult triatlonul decât maratonul. După cum știți, pe lângă alergare, triatlonul cuprinde și probele de înot și ciclism. La alergare deocamdată stau bine, dar ca să le stăpânesc pe celelalte două a trebuit să mă antrenez pe măsură. A fost nevoie să-mi corectez poziția corpului la înot, să-mi însușesc tehnica mersului pe bicicletă și să-mi formeze mușchii necesari. Toate acestea cer răbdare și timp, iar pentru ele mi-am tăiat din timpul alocat alergării.

Însă motivul principal pentru care am încetat să mai alerg cu înfrigurare cred că a fost faptul că, la un moment dat, pur și simplu m-am săturat.

M-am apucat de jogging în toamna lui 1982 și m-am ținut de el timp de aproape douăzeci și trei de ani. Am alergat aproape în fiecare zi, am participat la cel puțin un maraton pe an (deci douăzeci și trei până în prezent) și la nenumărate alte curse mai scurte sau mai lungi, prin toate colțurile lumii. Alergarea de fond mi s-a potrivit dintotdeauna și mi-a și plăcut. Dintre toate obiceiurile pe care le-am deprins de-a lungul vieții, acesta a fost cel mai benefic, cel mai însemnat lucru pentru mine, iar faptul că m-am ținut de el mai bine de douăzeci de ani m-a modelat și m-a întărit fizic și psihic.

Nu pot să spun că mi se potrivesc sporturile în echipă. Bun sau rău, așa sunt eu și așa m-am născut. Când jucam fotbal sau baseball (în copilărie, altfel, ca adult, n-am făcut-o niciodată), nu mă simțeam niciodată în largul meu. Poate că asta are de-a face și cu faptul că nu am frați, dar jocurile în echipă nu reușesc să mă captiveze. Nici la sporturi unu la unu, cum e tenisul, nu prea mă pricep. Squashul îmi place, dar meciurile mă fac să mă simt tensionat, indiferent dacă pierd sau câștig. Nu am stofă nici pentru artele marțiale.

Sigur, nici mie nu-mi face plăcere să pierd. Dar, nu știu de ce, niciodată nu m-a interesat prea mult dacă îmi înving adversarii sau pierd în fața lor. E o trăsătură de caracter care nu s-a schimbat nici cu vârsta. Pur și simplu nu-mi

pasă dacă pierd sau câștig. Mai important e dacă reușesc să ating sau nu obiectivul pe care mi l-am impus - asta mă interesează pe mine. Iar din acest punct de vedere, alergarea de fond este sportul care se potrivește perfect cu felul meu de a fi.

Dacă ați participa la un maraton v-ați convinge că alergătorilor nu prea le pasă dacă înving sau pierd în fața cuiva anume. Desigur, pentru alergătorii de top, a căror țintă e victoria, e extrem de important să-și depășească rivalii, dar pentru cei de rând, victoria sau înfrângerea personală nu e o chestiune majoră. Îmi imaginez că există unii motivați să se antreneze din dorința de-și înfrânge un anumit adversar. Dar dacă, din cine știe ce motiv, rivalul respectiv nu mai poate participa la cursă, motivația lor dispare automat (sau se înjumătățește), iar un alergător nu o poate ține așa multă vreme.

Când participă la o cursă, majoritatea alergătorilor obișnuiți își fixează dinainte un obiectiv personal, și anume să termine cursa într-un interval precis de timp. Dacă se încadrează în acel timp, au sentimentul că au realizat ceva, iar dacă nu, o iau ca pe un lucru care nu le-a ieșit. Și chiar dacă nu se încadrează în timpul respectiv, au satisfacția că au făcut tot ce au putut, iar dacă își păstrează optimismul, dacă simt că au descoperit ceva important, e și aceasta o realizare. Cu alte cuvinte, un standard important pentru alergătorii de fond este ca la sfârșitul cursei să se simtă mândri de ei (sau ceva asemănător).

Același lucru se poate spune și despre munca mea. În meseria de scriitor - cel puțin din punctul meu de vedere - nu există victorie sau înfrângere.

Tirajul, premiile literare, recenziile pozitive sau negative pot fi considerate drept criterii ale realizărilor, dar nu sunt chestiuni esențiale. Mai important decât orice este dacă ceea ce scrii se ridică sau nu la standardele pe care ți le-ai impus. Iar la acest capitol nu poți să umbli cu subterfugii.

Explicații poți să găsești dacă e vorba de altcineva, dar pe tine nu te poți păcăli. Din acest punct de vedere, a scrie un roman se aseamănă cu a alerga un maraton. Motivația unui scriitor e ceva care stă cuminte înăuntrul lui și care nu își caută un fundament sau o formă exterioară.

Alergarea este pentru mine un exercițiu fizic benefic și în același timp o metaforă potrivită.

Alergând zi de zi și finalizând cursă după cursă, am tot ridicat ștacheta și, odată cu ea, mi-am ridicat propriul nivel. Cel puțin asta am încercat să fac, pentru asta am muncit din greu în fiecare zi, ca să-mi ridic nivelul. Eu nu sunt un alergător bun. Sunt de nivel mediu - sau mai bine zis, mediocru. Și totuși, asta nu e nicidecum o chestiune esențială. Important este să mă autodepășesc de la o zi la alta, să fiu mai bun azi decât eram ieri. Dacă e să existe un adversar la alergarea de cursă lungă, acela nu va fi altul decât propria ta persoană, la nivelul din trecut.

După ce am trecut de patruzeci de ani, acest sistem de autoevaluare a început să se schimbe.

Pe scurt, timpul pe care îl scot la curse nu se îmbunătățește. Luând în calcul vârsta, e un lucru inevitabil. În viața oricărui om există un moment în

care forța sa fizică ajunge la apogeu. Sigur că există variații de la caz la caz, dar în mod normal, înotătorii ajung la această răscruce pe la douăzeci și ceva de ani, boxerii aproape de treizeci, iar jucătorii de baseball pe la treizeci și cinci. E un lucru inevitabil. L-am întrebat cândva pe un oftalmolog dacă există pe lume și oameni a căror vedere nu se deteriorează cu vârsta. Acesta a râs și mi-a răspuns: „Eu n-am văzut niciunul până acum.” E același lucru. (Din fericire, vârsta la care artiștii își ating apogeul diferă de la om la om. Dostoievski, de exemplu, a scris cele mai importante și semnificative romane, cum ar fi Demonii sau Frații Karamazov, în ultimii ani de viață, aproape de vârsta de șaiszeci de ani. Domenico Scarlatti a compus majoritatea celor 555 de sonate pentru clavecin între 57 și 62 de ani.)

Eu rtii-am atins apogeul ca alergător pe la patruzeci și cinci de ani. Până atunci ținta mea era să termin un maraton în trei ore și jumătate, într-un ritm de cinci minute pe kilometru sau opt minute pe milă. Uneori scoteam sub trei ore și jumătate, alteori peste (de cele mai multe ori peste). În orice caz, reușeam să finalizez un maraton în mai mult sau mai puțin de trei ore și jumătate. Chiar și când consideram că am dat-o în bară, trei ore și patruzeci de minute tot scoteam. Chiar dacă nu mă antrenasem deloc sau nu eram într-o formă prea bună, era de neconceput să depășesc patru ore. M-am menținut o vreme pe acest teren stabil, dar la un moment dat vântul a început să bată altfel. Mă antrenam ca de obicei, dar mi-era din ce în ce mai greu să scot sub trei ore patruzeci.

Am ajuns la o viteză de cinci minute și jumătate pe kilometru, iar apoi m-am apropiat vertiginos de pragul de patru ore. Eram șocat. Nu înțelegeam ce se întâmplă. Refuzam să cred că vârsta își spunea cuvântul, pentru că în viața de zi cu zi nu vedeam semne de slăbiciune fizică. Dar oricât aș fi negat acest fapt, oricât l-aș fi ignorat, cifrele se înrăutățeau tot mai mult.

Poate că rezultatele nesatisfăcătoare la maraton au constituit unul dintre motivele pentru care a început să mă atragă alergarea pe distanțe și mai mari. Au început să mă intereseze și alte sporturi și competiții, ca squashul sau triatlonul.

M-am gândit că, dacă mă rezum doar la alergare, risc să-mi deformeze corpul, și poate că n-ar fi o idee rea să iau în calcul și alte sporturi care m-ar ajuta să mă dezvolt mai uniform.

Cu ajutorul unui instructor particular, mi-am corectat tehnica de înot și am ajuns astfel să înot mai rapid și mai ușor. Mușchii mei au reacționat la noul mediu de antrenament, iar conformația mi s-a schimbat vizibil. Dar pe de altă parte, timpul la maraton a continuat să bată în retragere, încet, dar sigur, ca apele care se retrag la reflux. Alergarea nu mai însemna pentru mine bucurie pură.

Intrasem într-o perioadă de oboseală și plictis.

Eram dezamăgit că nu mi se recompensa tot efortul investit și mă simțeam blocat, de parcă o ușă pe care eu o credeam deschisă mi se trântise în nas.

Senzația asta am numit-o runner's blues. O să vorbesc mai târziu pe îndelete despre ce fel de blues era vorba.

Însă când m-am întors în Cambridge după zece ani (ultima dată petrecusem aici doi ani, din 1993 până în 1995, când era Bill Clinton președinte) și am văzut din nou râul Charles, a reînviat în mine pofta de a alerga. În general, râurile își păstrează cam aceeași înfățișare, atâta vreme cât nu li se aduc schimbări majore, dar râul Charles chiar că arăta întocmai ca odinioară. Timpul trecuse, studenți noi luaseră locul celor vechi, eu îmbătrânisem cu zece ani și se scursesese, la propriu, multă apă pe sub pod. Dar râul și-a păstrat aspectul de altădată, fără nici cea mai mărunță schimbare.

Apele învolburate curg în tăcere către Boston Harbor. Se îndreaptă către mare scaldându-și malurile, făcând iarba verde să crească bogat, hrănind păsările de apă, susurând pe sub podurile vechi de piatră, oglindind norii de pe cer vara și îmbrăcându-se în gheață iarna, fără grabă și fără odihnă, ca un concept neclintit, care a îndurat lungi examinări.

Odată ce am terminat de desfăcut bagajele aduse din Japonia, am încheiat toate formalitățile și m-am mai acomodată cu noua mea viață, am reînceput să alerg serios. Trăgând în piept aerul rece și proaspăt al dimineții, am redescoperit bucuria de a alerga prin locuri familiare. Sunetul pașilor mei, respirația, bătăile inimii se îmbină și dau naștere unei poliritmii unice. Râul Charles e un fel de Mecca a canotajului – mereu văd pe cineva dând la vâsle.

Uneori mă iau la întrecere cu ei. Evident, de cele mai multe ori ambarcațiunile sunt mai rapide decât mine, dar când apare câte una care vâslește agale în amonte, reușesc să țin pasul cu ea.

Cambridge e un oraș cu mulți alergători, probabil și datorită faptului că aici se desfășoară maratonul din Boston. Pista pentru jogging se întinde la nesfârșit de-a lungul râului Charles și, dacă vrei, poți să alergi ore în șir. Singura problemă e că aceeași pistă este folosită și de bicicliști și trebuie să ții cont de bicicletele care vin cu viteză din spate. Mai sunt și câteva gropi și trebuie să ai grijă să nu te împiedici, câteva semafoare interminabile care te țin pe loc și îți mai taie elanul, dar, lăsând toate aceste lucruri la o parte, e un traseu extrem de plăcut.

Când alerg, ascult de obicei muzică rock. Uneori îmi pun și jazz, dar rockul mi se pare că se potrivește cel mai bine cu ritmul alergării. Red Hot Chili Peppers, Gorillaz, Beck sau muzică mai veche, cum ar fi Creedence Clearwater Revival și Beach Boys.

Prefer să aibă un ritm cât mai simplu. Majoritatea alergătorilor ascultă acum muzică la iPod, dar eu mă mulțumesc tot cu vechiul meu MD player. E mai mare în comparație cu iPod-urile și mai neîncăpător, dar pentru mine e suficient. Deocamdată consider că muzica și computerele nu trebuie amestecate, așa cum nu amesteci nici sexul cu munca sau cu prietenii.

După cum spuneam mai devreme, în iulie am alergat 310 kilometri. Două zile a plouat, iar alte două le-am petrecut pe drum și n-am putut să alerg. Și au mai fost vreo câteva zile bune epuizant de fierbinți. Având în vedere toate aceste lucruri, faptul că am reușit să alerg 310 kilometri e ceva.

Nu-i rău deloc. Dacă 260 kilometri pe lună înseamnă alergat „serios”, atunci 310 se califică drept alergat „zdravăn”. Pe măsură ce am crescut

numărul de kilometri, am dat jos din kilograme. În două luni și jumătate am slăbit peste trei kilograme, iar stratul de grăsime care începuse să mi se depună în jurul taliei a dispărut. Imaginați-vă că vă duceți la măcelărie, cumpărați trei kile de carne și le cărați în brațe până acasă. Cred că vă puteți da seama ce înseamnă asta. Nici n-am mai știut ce să cred când mi-am dat seama că trăisem cu atâta greutate în plus atârnată de mine. Din viața la Boston nu pot să lipsească berea (Summer Ale, marca Samuel Adams) și gogoșile de la Dunkin'

Donuts, dar se pare că mișcarea asiduă își spune și ea cuvântul.

E cam caraghios din partea unui om de vârsta mea să pună în scris așa ceva, dar ca să fie totul clar, țin să vă spun că sunt genul de om care preferă să fie singur. Mai precis, sunt genul de om căruia nu-i vine greu să fie singur. Nu mi se pare plictisitor și nici chinuitor să alerg de unul singur o oră, două, fără să schimb o vorbă cu nimeni sau să stau la birou și să scriu în tăcere câte patru, cinci ore în fiecare zi. Așa am fost din tinerețe. Am preferat dintotdeauna să stau și să citesc în liniște sau să ascult niște muzică decât să fac ceva împreună cu cineva. Mi-am găsit oricând ceva de făcut singur.

Chiar și-așa, după ce m-am însurat (aveam douăzeci și doi de ani când m-am căsătorit), m-am obișnuit treptat să trăiesc alături de cineva. După ce am terminat facultatea, am administrat un bar și așa am realizat cât de important e să interacționez cu alții. Experiența m-a învățat că nu putem trăi singuri - de altfel, un lucru cât se poate de evident. Prin urmare, m-am deprins puțin câte puțin cu un oarecare grad de sociabilitate, așa sucită cum o fi fost ea. Privind înapoi, îmi dau seama că de la douăzeci la treizeci de ani mi s-a schimbat optica asupra lumii și m-am maturizat ca om. Izbindu-mă tare cu capul de tot felul de probleme, am învățat strategiile de care ai nevoie în viață ca să supraviețuiești. Fără toate greutățile pe care le-am întâmpinat în acești zece ani, nu aș fi ajuns să scriu romane și chiar dacă aș fi încercat să scriu ceva, mai mult ca sigur că n-aș fi fost în stare. Însă firea omului nu se schimbă atât de mult. Am rămas cu nevoia de a mai sta și singur. De aceea, faptul că alerg o oră pe zi și îmi asigur astfel niște clipe de liniște petrecute doar cu mine e foarte important pentru sănătatea mea mintală. Cel puțin cât alerg nu trebuie să vorbesc cu nimeni și nu trebuie să ascult pe nimeni. Pot în schimb să admir priveliștea și să mă uit în mine însumi. Sunt momente prețioase, pe care nu le-aș da pentru nimic în lume.

Sunt adesea întrebat la ce mă gândesc în timp ce alerg, în general de oameni care nu au experiența alergării susținute. Când mi se pune întrebarea asta, mereu cad pe gânduri. Oare la ce mă gândesc eu în timp ce alerg? Sincer să fiu, n-am nici cea mai vagă idee.

Când e frig, mă gândesc la frig. Când e cald, mă gândesc la căldură. Când sunt trist, mă gândesc la tristețe. Când sunt fericit, mă gândesc la fericire.

După cum scriam și mai înainte, se mai întâmplă să rememorez diverse întâmplări din trecut. Uneori (dar asta se întâmplă chiar foarte rar) îmi mai vine câte o idee de roman. Dar până la urmă, de fapt și de drept, nu mă gândesc la absolut nimic serios.

Când alerg, alerg și atât. Practic, alerg în neant.

Sau, poate dimpotrivă, alerg ca să ajung la neant.

Dar chiar și în acel vid se mai strecoară uneori gânduri răzlețe. E normal, fiindcă sufletul omului nu are cum să fie complet gol. Psihicul uman nu este atât de puternic sau coerent încât să poată cuprinde noțiunea de neant. Ceea ce înseamnă că gândurile (noțiunile) care-mi pătrund în minte în timp ce alerg se află în subordinea acestuia. Sunt gânduri formate nu în jurul unui conținut, ci în jurul vidului.

Gândurile care îmi trec prin minte în timp ce alerg sunt ca norii de pe cer. Nori de diverse forme și mărimi, care vin și pleacă. Dar cerul rămâne cer, iar norii nu sunt decât niște musafiri care trec mai departe și dispar în zare. Cerul e ceva care există și nu există în același timp. Are substanță și totodată nu are. Iar noi nu putem decât să luăm această întindere vastă așa cum este și să ne cufundăm în ea.

Am trecut deja de cincizeci și cinci de ani. Când eram tânăr nici nu puteam să concep că secolul XXI chiar o să vină sau că, lăsând gluma la o parte, o să ajung să am cincizeci de ani. Sigur că, logic vorbind, e de la sine înțeles că la un moment dat tot aveam să intrăm și în secolul XXI (dacă nu se întâmpla cine știe ce) și că atunci aveam să trec pragul de cincizeci de ani, dar când eram tânăr mi-era la fel de greu să mă văd pe mine la cincizeci de ani cum mi-era să-mi imaginez concret ce ne așteaptă după moarte. Mick Jagger se grozăvea când era tânăr că „mai bine mor decât să mă știu cântând Satisfaction și la patruzeci și cinci de ani”. Iar acum are mai bine de șaiszeci și tot mai cântă Satisfaction. Unii râd de chestia asta. Dar eu nu. Când era tânăr, Mick Jagger nu-și imagina că o să ajungă vreodată la patruzeci și cinci de ani. Nici eu nu-mi puteam imagina asta despre mine. Pot eu să râd de Mick Jagger? Nu. Eu, când eram tânăr, nu eram vedetă rock. Nu-și mai amintește nimeni ce prostii ziceam eu pe atunci și prin urmare nu poate să mi le citeze nimeni acum. Nu e asta singura diferență?

Și iată că acum trăiesc chiar în acea lume care mi se părea de neconceput. Recunosc, e un pic ciudat. Nici nu pot să-mi dau seama dacă sunt norocos sau nu, dar poate că nici nu contează.

Pentru mine – și probabil că asta e valabil pentru oricine – e prima dată în viață când simt că îmbătrânesc, iar senzațiile pe care mi le provoacă acest lucru le am pentru prima oară. Dacă aș mai fi avut experiența asta măcar o dată până acum, poate aș fi reușit să judec situația puțin mai clar.

Dar, fiind prima dată, nu are cum să-mi fie ușor.

Prin urmare, deocamdată nu pot decât să amân analiza amănunțită pe mai târziu, să accept lucrurile așa cum sunt și să-mi văd mai departe de viață.

Așa cum iau ca atare cerul și norii și râurile. Și apoi, mi se pare că e și ceva comic în toată chestia asta, ceea ce nu e neapărat lipsit de importanță.

După cum spuneam și mai devreme, să mă iau la întrecere cu alții, fie că e în viața de zi cu zi sau în domeniul meu de activitate, nu e un mod de viață pe care mi-l doresc. Poate că spun o banalitate, dar lumea e alcătuită din tot felul de oameni.

Alții au alte valori și alt mod de viață. Eu am valorile mele și modul meu de viață. Astfel de diferențe dau naștere la mici dezacorduri în plan cotidian, iar când se adună multe asemenea dezacorduri, se pot transforma într-o mare neînțelegere. Și așa ajungi uneori să fii criticat fără motiv.

Sigur că nimănui nu-i place să fie înțeles greșit sau criticat. E o experiență grea, care poate să te rănească destul de rău.

Și totuși, înaintând în vârstă, am realizat că astfel de dificultăți și de răni sunt un rău necesar.

Dacă stai să te gândești, oamenii reușesc să-și clădească propria personalitate și să-și păstreze individualitatea tocmai din cauză că sunt diferiți.

Eu unul așa reușesc să scriu ce scriu. Tocmai pentru că în același context eu percep alte lucruri decât alții, simt altceva decât simt alții și aleg alte cuvinte, pot să scriu povestiri care au individualitate.

Și așa am ajuns în strania situație ca un număr considerabil de oameni să citească ce scriu eu.

Faptul că eu sunt eu, și nu altcineva, este unul din bunurile mele cele mai de preț. Rănile sufletești sunt prețul pe care îl plătim ca să fim independenți.

Cam ăsta e modul în care gândesc eu și după el mă ghidez în viață. În anumite aspecte ale vieții mele, singurătatea a venit de la sine, dar poate că uneori am și căutat-o voit. Mai ales pentru cei din breasla mea, singurătatea este, cu mici diferențe, un lucru inevitabil în viață. Dar ea îți macină sufletul și ți-l dizolvă ca niște stropi de acid care se preling dintr-o sticlă. E ca o sabie ascuțită, cu două tășuri. Pe de o parte îți apără inima, pe de alta ți-o sfâșie neconținut pe dinăuntru. Cred că în felul meu (poate din experiență) am fost conștient de pericolul acesta. Tocmai de aceea, punându-mi mereu corpul în mișcare și uneori forțându-mă chiar la maxim, a trebuit să-mi înfrunt singurătatea și să mă vindec de ea. Am făcut-o mai degrabă intuitiv decât intenționat.

Să fiu mai concret.

Când sunt criticat pe nedrept (cel puțin după părerea mea) sau când mă aștept să fiu acceptat și nu sunt, obișnuiesc să alerg un pic mai mult ca de obicei. Alergarea aceea în plus îmi aduce oboseală în plus, iar asta mă face să realizez din nou faptul că sunt un om slab, cu puteri limitate. Îl conștientizez fizic, la cel mai jos nivel. Iar alergarea aceea un pic mai lungă îmi dă un mic plus de tărie. Dacă mă înfiirii, îndrept acea furie către mine. Dacă sunt frustrat, folosesc frustrarea ca să mă dezvolt. Așa am trăit eu până acum. Absorb înlăuntrul meu toate lucrurile pe care le pot absorbi, așa cum sunt ele, și le eliberez mai apoi (schimbându-le forma cât mai mult) în interiorul unui roman, ca parte din poveste.

Nu cred că o personalitate ca a mea poate fi pe placul cuiva. Poate că există câțiva oameni (puțini la număr) care să fie impresionați de ea. Dar cărora să le placă, mai greu. Cui să-i fie simpatic (sau ceva de genul acesta) un om complet necooperant care, cum se întâmplă ceva, se baricadează în

debara? Dar, mă întreb eu, în principiu, e oare posibil ca un scriitor profesionist să fie îndrăgît?

Nu știu. Poate că s-au pomenit și asemenea cazuri undeva, în lumea asta mare. Nu pot să generalizez. Eu unul sunt scriitor și scriu de ani de zile, dar mi se pare imposibil să mă placă cineva pe mine, ca persoană. Mi se pare mult mai natural ca lumea să mă displacă, să mă deteste, să mă disprețuiască. Nu că asta m-ar face să mă simt liniștit. Nici mie nu-mi place când mă antipatizează cineva.

Dar asta e altă poveste. Să mă întorc la alergat.

În orice caz, am reinclus alergarea în rutina zilnică. Am început prin a alerga foarte serios, iar acum pot deja să spun că alerg „zdravăn”. Încă nu mi-e foarte clar ce înseamnă asta pentru mine, în contextul în care mă apropiu de vârsta de șaiszeci de ani. Sigur înseamnă ceva. Poate că nu are prea mult sens sau greutate, dar sunt convins că o vagă semnificație tot există. În orice caz, acum doar alerg cu râvnă. La ce înseamnă pot să mă gândesc și mai încolo (să mă gândesc mai încolo e unul din lucrurile la care mă pricep eu cel mai bine, o aptitudine care se rafinează în timp). Îmi pun în picioare pantofii pentru alergare, mă dau pe față și pe gât cu cremă antisolară, îmi potrivesc ceasul și ies din casă. Apoi încep să alerg. Cu alizeul care îmi suflă drept în față, privind cum o egretă străbate văzduhul cu picioarele perfect întinse, ascultând un cântec nostalgic de Lovin' Spoonful.

Nu-i nimic dacă nu pot să scot un timp mai bun, chiar nu contează, mi-am zis eu deodată în timp ce alergam. Am îmbătrânit și timpul își spune cuvântul. Nu e vina nimănui. Asta e regula jocului.

Așa cum râul se îndreaptă molcom către mare. Tot ce pot să fac e să-mi accept corpul așa cum e, ca pe un fragment din natură. Poate că nu e o treabă prea plăcută și poate că ce descopăr astfel nu e chiar îmbucurător, dar nu am încotro. Aș zice că până acum m-am bucurat ceva – nu spun că destul – de viață.

Nu vreau să mă laud (cine se poate lăuda cu așa ceva?), dar eu nu sunt o persoană foarte inteligentă. Sunt genul de om care înțelege clar lucrurile doar trecându-le prin filtrul carnal, atingând fizic cu mâna ce e tangibil. Ca să mă pot convinge de un lucru, trebuie mai întâi să-l transpun într-o formă vizibilă. Am o constituție mai dezvoltată în plan fizic decât psihic. Sigur, un strop de inteligență tot am. Cred că am. Dacă îmi lipsea cu desăvârșire, nu mai eram în stare să scriu cărți, însă nu sunt genul de om care își clădește în minte teorii și rațiuni pure. Nici nu funcționez pe bază de speculații filosofice. Doar atunci când îmi pun în cârcă o povară fizică și mușchii mei încep să geamă (uneori chiar să urle), nivelul meu de înțelegere crește și, într-un sfârșit, se face lumină. Se înțelege de la sine că îmi trebuie ceva timp ca să parcurg toți acești pași și să ajung în final la o concluzie. Timp și efort. Uneori se mai întâmplă să dureze chiar prea mult, iar când îmi pică mie fisa să fie deja prea târziu. Dar n-am ce-i face.

Ăsta sunt eu.

Îmi propun să mă gândesc la râuri. Să mă gândesc la nori. Dar, în esență, nu mă gândesc la nimic. Doar alerg mai departe prin neantul meu

plăcut în care eu singur m-am învelit, prin neprețuita mea liniște. E o senzație minunată. Poate să zică oricine ce vrea.

Capitolul 2

14 august 2005

Insula Kauai, Hawaii.

Cum ajungi scriitor-alergător.

Duminică, 14 august. De dimineață am alergat o oră și un sfert ascultând Caria Thomas și Otis Redding la MD player. După-amiază am fost la bazin și am înotat 1300 de metri, iar pe seară am înotat în ocean. Mai târziu am băut o bere și am mâncat niște pește la Dolphin Restaurant, la intrare în Hanalei. Walu, un pește cu carne albă. L-am mâncat fript la grătar de cărbuni, cu sos de soia și garnitură de kebab vegetal. Plus o porție mare de salată.

De la începutul lui august și până acum am alergat exact 150 de kilometri.

Alergările mele zilnice au început acum multă vreme. Mai precis, în toamna lui 1982. Aveam treizeci și trei de ani.

Până atunci am avut un fel de club de jazz, prin apropierea stației Sendagaya. Imediat cum am ieșit de pe băncile facultății (deși nu obținusem toate creditele de care aveam nevoie pentru că munceam mult la plata cu ora și de fapt eram încă înscris ca student), am deschis un local la intrarea de sud a stației Kokubunji. După trei ani de funcționare, l-am mutat într-o zonă mai centrală, deoarece clădirea în care se afla intrase în renovare. Nu era prea mare, dar nici chiar o chichineată. Aveam loc de un pian și încăpea la limită și un cvintet. În timpul zilei serveam cafea, iar noaptea deschideam barul. Ofeream și câte ceva de mâncare, iar în weekend aveam program de muzică live. Pe vremea aceea asemenea localuri erau încă rare, drept pentru care aveam suficienți clienți și afacerea mergea bine.

Oamenii din jurul meu preconizau că o astfel de afacere-hobby nu va rezista mult și se așteptau ca eu, care nici nu știam mersul lumii, să nu am fler pentru afaceri, dar, din fericire, predicțiile lor nu s-au adevărat. Sincer să fiu, nici eu unul nu cred că am fler pentru afaceri. Pur și simplu am muncit ca disperatul pentru că mă gândeam că dacă dau greș, s-a zis cu mine. Singurul meu atu, pe care l-am avut dintotdeauna, este că sunt sânguinos, răbdător și energic. Sunt mai degrabă cal de povară decât cal de curse. Eu provin dintr-o familie din clasa muncitoare și nu știam nimic despre afaceri, dar soția mea s-a născut într-o familie de neguțători, iar simțul ei înnăscut pentru afaceri ne-a fost de mare folos. Puteam să fiu eu și cel mai strălucit cal de povară, că singur ar fi fost imposibil să reușesc.

Munca în sine era grea. Trăgeam din greu de dimineața până la miezul nopții, până picam de oboseală. Am trecut prin multe greutăți, mi-au dau dat de furcă multe lucruri și am avut și multe dezamăgiri. Dar m-am dedicat cu totul muncii și treptat-treptat am ajuns și la punctul în care să am suficient profit și să angajez pe cineva. În apropierea vârstei de treizeci de ani am reușit și eu să mai răsuflu liniștit. Împrumutasem cât putusem și de unde putusem, iar acum împrumuturile erau aproape în totalitate returnate, deci în sfârșit mă mai linișteam și eu. Până atunci singurul lucru la care mă puteam

gândi era să supraviețuiesc, să mă mențin la suprafață. Am simțit că am reușit să trec de un mare hop din viață, că am ieșit la liman și că, dacă am reușit să ajung până aici, pot să înfrunt orice ar urma. Am tras adânc aer în piept, m-am uitat în jurul meu, am aruncat o privire la drumul pe care venisem și m-am gândit la următorul pas pe care îl aveam de făcut. Pragul de treizeci de ani mă aștepta după cotitură. Mă apropiam de o vârstă la care nu mă mai puteam numi tinerel. Și atunci mi-a venit ideea – lucru la care nici eu nu mă așteptam – să scriu un roman.

Pot să identific cu exactitate momentul în care mi-a venit ideea să scriu un roman. Era 1 aprilie

1978, ora unu și jumătate după-amiaza. Mă dusesem singur pe stadionul Jingu, beam bere și mă uitam la un meci de baseball. Stadionul era foarte aproape de locul unde stăteam pe atunci, iar eu eram deja un susținător înrăit al echipei Yakult Swallows. Era o vreme superbă, cu un vânticel cald și nici urmă de nor la orizont. Pe vremea aceea nu existau bănci pe terenul exterior, era doar o pantă acoperită cu gazon. Eu stăteam acolo tolănit pe iarbă, beam bere rece și mă uitam în tihnă la meci, aruncând din când în când o privire pe cer. Ca de obicei, nu erau prea mulți spectatori.

Yakult juca în deschidere cu Hiroshima Carp, pe teren propriu.

Îmi aduc aminte că Yakult îl avea ca lansator pe Yasuda, un tip scund și îndesat care dădea niște mingi cu efect, ceva de groază. În prima jumătate a reprizei, Yasuda nu i-a lăsat pe cei de la Hiroshima să înscrie nici un punct. În a doua jumătate, Dave Hilton, primul jucător la bătaie (un chip nou, proaspăt venit din State) a trimis o minge pe linia de exterior-stânga. Zgomotul cu care băta a izbit mingea din plin a răsunat pe întregul stadion. Hilton a avansat rapid până la baza întâi și a ajuns lejer la a doua. Exact în clipa aceea, eu mi-am zis: „Da, ce-ar fi să scriu o carte?” încă îmi mai amintesc cerul senin, iarba verde, proaspăt încolțită, și pocnetul bătei. Ceva s-a lăsat din cer asupra mea, iar eu l-am primit.

Nu aveam ambiția să ajung scriitor. Eu doar îmi doream foarte mult să scriu un roman. Mă simțeam în stare să scriu ceva elocvent, în propriul meu stil, dar nu știam exact despre ce anume.

M-am dus acasă și m-am așezat la birou, pregătit să mă apuc de scris, dar mi-am dat seama că nu aveam nici un stilou ca lumea. Așa că am dat o fugă la librăria Kinokuniya din Shinjuku și am cumpărat un top de coli și un stilou Sailor de vreo mie de yen. O investiție modestă.

Asta se întâmpla primăvara, iar până în toamnă umplusem două sute de pagini. Când am terminat de scris, m-am simțit revigorat. Neavând habar ce să fac cu proaspăta mea operă, m-am înscris.

Dintr-un impuls de moment, la un concurs pentru debutanți, organizat de o revistă literară. Nici măcar nu am făcut o copie înainte să-l trimit, deci se pare că nu prea îmi păsa dacă manuscrisul meu se pierdea pe vecie. Este vorba despre romanul publicat acum cu titlul Ascultă cum cântă vântul.

Pe mine mă interesa mai degrabă să scriu cartea, nu dacă avea să vadă sau nu lumina tiparului.

În toamna aceea, Yakult Swallows, veșnica perdantă, a câștigat titlul în ligă și s-a calificat în campionatul național, unde i-a învins pe cei de la Hankyu Braves, ajungând pe primul loc în top.

M-am dus și eu de câteva ori pe stadionul Korakuen unde se desfășura campionatul, entuziasmat la culme. (Nimeni nu își închipuise că Yakult putea să câștige și își cedaseră propriul stadion, stadionul Jingii, ligii de baseball universitar.) Așa se face că îmi amintesc atât de bine toamna aceea. A fost o toamnă minunată, cu o vreme superbă. Cerul era albastru cât vedeai cu ochii, iar arborii de ginkgo din fața galeriei de artă erau mai galbeni ca niciodată. Pentru mine, era ultima toamnă înainte să împlinesc treizeci de ani.

Până anul următor, când m-au sunat din partea redacției de la Gunzo și m-au anunțat că romanul meu intrase în selecția finală, uitasem cu desăvârșire că mă înscriesem la concurs. Fusesem extrem de prins cu treburile cotidiene. La început nici n-am priceput despre ce era vorba. Până la urmă, romanul respectiv a câștigat premiul și a fost publicat în vara aceluiași an. A fost primit destul de bine. Aveam treizeci de ani și înainte să apuc să mă dumiresc, sau fără să am intenția asta, m-am trezit că îmi fac debutul ca tânăr scriitor în plină ascensiune. M-am mirat eu, dar și mai tare s-au mirat cunoscuții mei.

După aceea, în paralel cu administrarea localului, am scris cea de-a doua carte a mea. Automatul

1973, un roman de dimensiuni reduse. Între timp mi-am încercat mâna și cu câteva povestiri, ba chiar am tradus niște nuvele de Scott Fitzgerald.

Ascultă cum cântă vântul și Automatul 1973 au fost nominalizate la premiul Akutagawa, ambele considerate drept candidate cu șanse mari, însă nu au obținut premiul. Dar mie unul, sincer să fiu, nu prea mi-a păsat. Dacă l-aș fi câștigat, s-ar fi ținut lanț interviurile și solicitările de scris, iar pe mine mai degrabă mă îngrijora să nu mă încurce cu localul.

Trei ani de zile m-am ocupat de local (contabilitate, inventar, programul de lucru al angajaților), la nevoie trecând chiar în spatele tejghelei și preparând cocktailuri sau mâncare, după care închideam noaptea târziu, mă duceam acasă, mă așezam la masă în bucătărie și scriam până mă lua somnul.

Mă simțeam de parcă viața mea era cât două vieți obișnuite. Evident, era extenuant fizic, iar faptul că pe de o parte trebuia să mă ocup de clienți și în același timp scriam mi-a creat o seamă de probleme.

O afacere în care ai de-a face direct cu clienții înseamnă că nu poți să faci nazuri la ce oameni îți calcă pragul. Oricine ar veni (atâta vreme cât nu e cineva chiar imposibil), trebuie să-l întâmpini cu zâmbetul pe față și brațele deschise. Din pricina asta, am ajuns să întâlnesc tot felul de oameni străni și să am niște experiențe din cale afară de ciudate. Modul acesta de viață m-a făcut să absorb fără rețineri, și chiar cu entuziasm, tot felul de lucruri. Mă bucuram din plin de viața aceasta nouă și de toți stimulii pe care mi-i aducea.

Însă, cu vremea, am început să-mi doresc din ce în ce mai mult să scriu o carte mai mare, mai substanțială. Primele două romane, Ascultă cum cântă

vântul și Automatul 1973, le-am scris din bucuria de a scrie, dar era ceva de care nu eram prea mulțumit. Pentru că le scrisesem printre picături, câte o jumătate de oră, o oră, mereu rupt de oboseală și parcă la întrecere cu timpul, nu am putut să mă concentrez cum trebuie. Rezultatul a fost oarecum interesant și proaspăt chiar scriind așa, fragmentat, dar nu adânc, profund. Dacă tot mi se oferise șansa să mă afirm ca scriitor (un noroc pe care nu oricine îl are), a fost absolut firesc să-mi doresc să fac tot posibilul ca să produc măcar un roman despre care să pot spune și eu: „Asta e!” Mi-am zis că sigur trebuie să fiu capabil de ceva mai de proporții. După perpeliiri îndelungi, m-am hotărât să închid pentru moment localul și să mă dedic o vreme scrisului. La momentul respectiv, veniturile pe care mi le aducea localul erau mai însemnate decât câștigurile de pe urma scrisului, dar n-aveam decât să mă împac cu ideea și gata.

Majoritatea celor din jurul meu au clătinat cu putere din cap sau chiar s-au opus acestei decizii.

„Dacă tot ai pus localul pe picioare, lasă pe cineva să se ocupe de el, iar tu n-ai decât să te duci și să-ți vezi de scris”, m-au sfătuit ei. Obiectiv vorbind, era un raționament sănătos, mai ales că majoritatea cunoscuților mei nu se așteptau la vremea aceea să reușesc în profesia de scriitor, însă n-am putut să le urmez sfatul. Eu dacă fac ceva, despre orice ar fi vorba, nu pot altfel decât să mă dedic întru totul acelui lucru. Nu eram eu în stare de o asemenea jonglerie, să las barul în grija altcuiva, iar eu să îmi văd de scris în cu totul altă parte. Dacă dau tot ce pot și nu iese bine, mă resemnez, dar dacă eșuez cu un lucru făcut pe jumătate, rămân cu regrete.

Așadar am trecut peste orice obiecții, am vândut localul și, deși ușor jenat, m-am hotărât să-mi agăț la intrare firma de „scriitor”. „Doi ani de zile aș vrea să fiu lăsat să fac ce vreau și dacă nu-mi iese, putem să deschidem alt băruleț în altă parte.

Suntem încă tineri, putem să o luăm de la capăt,, i-am spus eu soției mele. „Bine”, a zis ea. La vremea respectivă încă mai aveam ceva datorii de achitat, dar am zis că le dăm noi de cap cumva.

Asta se întâmpla în 1981. Mi-am propus să fac absolut tot ce puteam.

M-am așezat la scris, iar în toamna aceluiași an am petrecut o săptămână în Hokkaido ca să mă documentez. În aprilie, anul următor, am terminat de scris în căutarea oii fantastice. Cum nu mai era cale de întoarcere, mi-am canalizat în ea toată puterea pe care o aveam. Ba parcă am mobilizat și forțe pe care nu le aveam. A rezultat o operă mai lungă, mai amplă și cu o narațiune mai dezvoltată decât Ascultă cum cântă vântul și Automatul 1973.

Când am finalizat acest roman, am simțit că am reușit să-mi definesc propriul meu stil. Am resimțit în tot trupul cât e de minunat (și în același timp dificil) să poți să stai la birou cât vrei și când vrei, să te aduni bine și să scrii. Mi-am dat seama că în mine zac filoane încă neatinse și m-am văzut perfect capabil să continui să scriu. Așa se face că, până la urmă, ideea de a redeschide un băruleț undeva nu s-a mai concretizat. Și acum mă mai

gândesc uneori cât de mult mi-ar plăcea să deschid undeva un local mic și intim.

Îmi aduc aminte că echipa de redacție de la Gunzo din vremea aceea, care era în căutare de literatură mainstream, a primit cu destulă răceală în căutarea oii fantastice. Se pare că forma în care îmi concepeam eu romanele era considerată pe atunci (oare acum cum o fi?) de-a dreptul eretică, însă cititorii au întâmpinat cartea cu căldură și pe mine asta m-a bucurat cel mai mult. Aceasta este opera pe care o consider eu adevăratul meu punct de plecare ca scriitor. Cred că dacă m-aș fi ocupat mai departe de local, încercând în paralel să continui să scriu pe linia aceea senzuală, ca în *Ascultă cum cântă vântul* și *Automatul 1973*, mai devreme sau mai târziu m-aș fi împotmolit și n-aș mai fi putut să produc nimic.

Prima problemă cu care m-am confruntat în meseria de scriitor a fost să mă mențin în formă.

Eu pun ușor pe mine dacă nu am grijă. Până atunci toată acea muncă fizică de zi cu zi mă ajutase să-mi mențin o greutate relativ scăzută, dar cum am trecut la un stil de viață care presupunea statul de dimineața și până seara la birou cu stiloul în mână, am început să-mi pierd forța fizică și să pun în greutate. Cum aveam nevoie să mă concentrez, am început să fumez prea mult. În perioada aceea ajunsesem să fumez trei pachete pe zi. Mi se îngălbeniseră degetele și duhneam tot a tutun. Asta nu avea cum să-mi facă bine. Dacă era vorba să duc o viață lungă ca scriitor, trebuia neapărat să găsesc o metodă prin care să mă păstrez în formă și să-mi mențin greutatea la un nivel decent.

M-am apucat de alergat în mod regulat la puțin timp după ce am terminat în căutarea oii fantastice, cam în perioada în care m-am și hotărât să trec la cariera de scriitor.

Alergarea are câteva atuuri majore. În primul rând, nu e un sport care să necesite o altă persoană.

Un adversar. Nu-ți trebuie nici echipamente sau instrumente speciale. Nu e nevoie să bați drumul până la un loc special amenajat. Dacă ai o pereche de pantofi buni pentru alergat și un drum decent, poți să alergi cât vrei și când vrei. La tenis nu merge așa. Trebuie să te duci până la terenul de tenis și ai nevoie de un partener de joc. De înotat poți să înoți singur, dar tot trebuie să-ți găsești un bazin de înot. După ce am închis localul, ne-am mutat în Narashino, în prefectura Chiba, și în ideea de a-mi schimba stilul de viață. La vremea aceea pot spune că acolo eram chiar la țară și nu aveam prin preajmă nici un centru sportiv mai răsărit. Dar aveam drumuri. În apropiere exista o bază a Forțelor de Apărare și drumurile erau bine menținute pentru ca vehiculele lor să poată circula fără probleme. În plus, întâmplarea fericită a făcut să locuiesc în apropierea terenului de sport al Universității Nihon și dimineața devreme puteam să folosesc în voie (de fapt, fără voie) pista de atletism de 400 de metri. Din aceste motive am ales alergarea fără să clilesc – sau, mai bine zis, din lipsă de alte opțiuni.

Foarte curând m-am lăsat de fumat. Odată ce am început să alerg zilnic, renunțarea la tutun a fost următorul pas firesc. Sigur că nu mi-a fost

ușor, dar nici nu puteam să mă țin de alergat fumând. Dorința de a putea alerga mai mult a devenit o motivație importantă ca să rămân nefumător și un ajutor de bază ca să ies din starea de sevraj. Renunțarea la fumat a fost ca un simbol al despărțirii de vechea mea viață.

Mie nu mi-a displicut niciodată alergarea pe distanțe mari. Când eram la școală, nu puteam să sufăr orele de sport, iar de competițiile sportive eram sătul până peste cap, dar asta din cauză că erau un lucru impus cu forța de sus. Niciodată n-am suportat să fiu obligat să fac ceva ce nu voiam, când nu voiam. Dacă sunt lăsat în pace să fac ce vreau, când vreau și cum vreau eu, atunci îmi dau silința și fac acel lucru mai bine decât altul. Nefiind eu prea athletic sau coordonat, nu sunt bun la sporturile în care totul se decide într-un timp scurt, dar altele, cum ar fi alergarea sau înotul, se potrivesc bine firii mele. Într-o oarecare măsură eram și eu conștient de asta și de aceea am reușit cu ușurință și naturalețe să integrez alergarea în stilul meu de viață.

Știu că nu are nici o legătură cu alergarea, dar dacă îmi permiteți să deviez un pic de la subiect, în cazul meu pot să spun exact același lucru și despre învățat. De la școala primară și până în facultate, cu foarte puține excepții, ce aveam ca studiu obligatoriu nu mă interesa mai deloc. Unele lucruri le-am făcut convingându-mă că trebuie neapărat să le fac și așa am ajuns până în facultate, dar niciodată învățatul nu mi s-a părut interesant.

Nu aveam note atât de proaste încât să-mi fie rușine cu ele, dar nici nu mi amintesc să fi fost lăudat vreodată pentru o notă bună sau să fi ajuns cel mai bun la vreo materie. De-abia după ce am reușit să scap de sistemul de educație și am intrat în câmpul muncii am început să capăt interes față de învățat. Mi-am dat seama că pot să asimilez mai eficient diverse cunoștințe și tehnici din domenii care mă interesau, dacă le studiam în ritmul meu și prin propriile mele metode. De exemplu, și tehnica traducerii mi-am însușit-o treptat, pe speze proprii, în stil propriu. A durat mult până am deprins câte ceva și am trecut prin nenumărate încercări și erori, dar ce am învățat s-a lipit bine de mine.

Ce m-a bucurat pe mine cel mai mult după ce am trecut la profesia de scriitor a fost că puteam să mă culc devreme și să mă scol devreme. Când aveam localul, nu de puține ori mă duceam la culcare cu puțin înainte să răsară soarele. Închideam ia 12, strângeam, făceam casa, apoi mă mai ocupam de câteva treburi sau beam un pahar ca să mă destind. Așa mă prindea ora trei și mai rămânea puțin până în zori. De multe ori începea să se lumineze de ziuă și eu eram încă așezat la masa din bucătărie și scriam. Nu e de mirare că până mă trezeam, soarele era deja de trei sulite pe cer.

Când am renunțat la local și mi-am început viața de scriitor, primul lucru pe care l-am făcut noi - adică eu și soția mea - a fost să ne schimbăm stilul de viață. Ne-am hotărât să ne trezim când răsare soarele și să ne ducem repede la culcare după ce se întunecă. Asta era viața care ni se părea nouă firească. Așa vedeam noi traiul unui om împlinit. Dacă tot renunțaserăm la afacerea care ne obliga să avem de-a face cu clienții, ne-am propus să ne vedem doar cu oamenii pe care voiam să-i vedem și să evităm să dăm ochii cu cei de care n-aveam chef. Ne-am zis că măcar o vreme avem și noi dreptul

la acest mic lux. Știu că am mai spus asta, dar eu de felul meu nu sunt o persoană prea sociabilă. Simțeam nevoia să revin la felul meu de a fi.

De la stilul de viață „deschis” din ultimii șapte ani, schimbaserăm complet direcția către un stil de viață „închis”. Faptul că în viața mea a existat și o astfel de perioadă deschisă a fost un lucru bun. Dacă stau acum să mă gândesc, am învățat multe lucruri importante din ea. A reprezentat pentru mine o perioadă de educație globală, adevărata mea școală. Dar nu aveam cum să o țin așa ia nesfârșit. La școală te duci, înveți ceva, apoi pleci.

Așa am dat startul unui stil de viață simplu și regulat, cu trezirea la ora cinci dimineața și culcarea înainte de zece seara. Intervalul din zi cel mai productiv diferă de la om la om, dar pentru mine acesta este în cursul dimineții. În orele acelea am cea mai multă energie și lucrez cel mai bine. În restul de timp, fac mișcare, rezolv diverse treburi și lucrez la ceva care nu necesită concentrare maximă. Când se înserează, mă opresc din lucru și mă destind. Citesc, ascult muzică, mă relaxez și mă duc la culcare cât mai devreme. Cam acesta este tiparul pe care l-am urmat zi de zi până în prezent și mulțumită lui în ultimii douăzeci de ani am reușit să lucrez foarte eficient. Singura problemă e că programul acesta anulează automat orice fel de viață de noapte și îți afectează relațiile cu cei din jur. Unii chiar se supără pe tine dacă îți tot lansează invitații să petreci timp cu ei și întâmpină mereu doar refuzuri.

Dar părerea mea e că, mai puțin atunci când ești foarte tânăr, e obligatoriu să-ți stabilești niște priorități în viață. Trebuie să hotărăști care e ordinea lucrurilor în care îți investești timpul și energia. Dacă nu-ți clădești un astfel de sistem până la o anumită vârstă, viața ta devine ternă și își pierde rostul. Voiam să dau prioritate unui trai liniștit în care să mă pot dedica scrisului, și nu relațiilor cu cei din jur. Voiam să clădesc relații nu cu cineva anume, ci cu cititorii mei, oricine ar fi fost ei. Eram convins că ei ar fi apreciat dacă reușeam să-mi găsesc o stabilitate în viață, dacă îmi construiam un mediu în care să mă pot concentra asupra scrisului și reușeam astfel să produc opere de mai bună calitate. Nu era chiar asta obligația mea ca scriitor, prima mea prioritate? Și acum gândesc la fel. Nu le văd chipurile cititorilor mei și într-un fel, relația mea cu ei este pur conceptuală, dar pentru mine această legătură invizibilă, teoretică, a fost mereu lucrul cel mai însemnat din viața mea.

Cu alte cuvinte, nu poți să mulțumești pe toată lumea.

Și când mă ocupam de local aplicam aceeași gândire. Îmi călcau pragul mulți clienți, iar dacă unul din zece se simțea bine și își propunea să mai vină, mă declaram mulțumit. Dacă unul din zece revenea, îmi mergea afacerea. Altfel spus, nu mă deranja dacă celorlalți nouă nu le plăcea localul meu. E mai puțin stresant să gândești așa. Dar trebuie ca acelui singur client să-i placă cu adevărat. Iar ca să se întâmple așa ceva, proprietarul trebuie să adopte o anumită filosofie, să-și mențină o anumită poziție fermă, de care să țină cu dinții orice s-ar întâmpla. Asta m-a învățat pe mine experiența ca manager de local.

După în căutarea oii fantastice am continuat să scriu menținându-mi aceeași poziție. Cititorii mei s-au înmulțit cu fiecare carte publicată. Lucrul care m-a bucurat cel mai mult a fost că aveam mulți cititori înfocați, cu alte cuvinte câștigasem acel „unul din zece” clienți fideli. Aceștia (majoritatea tineri) așteptau răbdători următoarea carte, iar când apărea pe piață, o luau imediat și o citeau.

Așa s-au aranjat lucrurile treptat-treptat, iar pentru mine era situația ideală sau cel puțin una foarte plăcută. Nu trebuia să ajung alergător de top. Dacă puteam să-mi văd de viața mea scriind ce voiam și cum voiam, eu unul nu consideram că-mi lipsește ceva. Când vânzările la Pădurea norvegiană au depășit toate așteptările, în situația mea cea plăcută au intervenit niște schimbări, dar asta avea să se întâmple ceva mai târziu.

La început nu am putut să alerg prea mult.

Doar vreo douăzeci, treizeci de minute maxim, la capătul cărora simțeam că-mi dau duhul. Inima mi-o lua la galop și mă clătinam pe picioare. Era de așteptat, având în vedere că multă vreme nu făcusem deloc mișcare. Îmi era și un pic jenă să mă vadă vecinii alergând, la fel cum mi-era jenă să văd în coada numelui meu titlul de „scriitor” pus în paranteză. Dar, continuând să alerg, corpul meu a început să reacționeze pozitiv și a crescut și distanța pe care reușeam s-o parcurg. Am început să mă pun în formă, respirația mi s-a reglat și pulsul mi-a scăzut. Mai important decât viteza sau distanța era să alerg zi de zi, fără pauză.

Așa am integrat eu alergarea în ritmul meu cotidian, alături de cele trei mese zilnice, somn, treburi și muncă. Am transformat-o într-un simplu obicei, iar jena aceea s-a mai subțiat și ea. M-am dus la un magazin cu articole sportive și mi-am cumpărat o pereche de pantofi mai trainici, adecvați scopului meu, și îmbrăcăminte lejeră. Mi-am luat și un cronometru și o carte despre jogging pentru începători. Așa procedezi ca să ajungi alergător.

Dacă mă gândesc acum, marele meu noroc a fost că m-am născut cu o constituție solidă. Alerg de un sfert de secol și am participat la nenumărate competiții, dar nu mi s-a întâmplat niciodată să mă doară picioarele și să nu mai pot să alerg. Nu fac încălzire cum trebuie, dar nici nu m-am rănit, accidentat sau îmbolnăvit vreodată. Nu sunt eu un alergător strălucit, dar cu siguranță sunt robust.

E una dintre puținele calități cu care mă pot lăuda.

La începutul lui 1983 am participat pentru prima dată în viață la o cursă pe șosea. A fost un cros de doar cinci kilometri, dar mi-am pus și eu numărul de concurs pe tricou, m-am amestecat printre ceilalți participanți și am luat startul la semnal.

M-am mirat și eu de cât de bine mă descurcasem, în mai am fost la crosul de cincisprezece kilometri de la lacul Yamanaka, iar în iunie am vrut să mă testez cât de mult rezist și am alergat în jurul Palatului Imperial. După șapte ture, adică vreo treizeci și cinci de kilometri parcurși într-un ritm decent, nu eram obosit din cale afară. Picioarele nu mă dureau deloc. Atunci mi-am zis că dacă-i pe-așa, de ce să nu fac față unui maraton întreg?

De-abia mai târziu am aflat pe propria mea piele că cea mai dură parte a maratonului vine abia după treizeci și cinci de kilometri.

Când mă uit la fotografiile cu mine de pe atunci, văd că încă nu aveam conformație de alergător.

Încă nu eram suficient antrenat și nu mi se dezvoltaseră mușchii de care aveam nevoie, drept pentru care aveam brațele și picioarele subțirele, iar pulpele sfrijite. Sunt impresionat că am reușit să fac față unui asemenea maraton. În comparație cu felul în care arăt acum, parcă aș fi alt om (dacă alergii multă vreme, musculatura ți se schimbă complet). Dar și pe atunci simțeam cum mi se schimbă corpul de la o zi la alta și asta mă bucura enorm. Îmi dădeam seama că în mine încă se mai ascundeau numeroase posibilități, chiar dacă trecusem deja de treizeci de ani, și că alergarea avea să scoată pe rând la lumină toate aceste necunoscute.

Cu timpul, greutatea mea corporală, care mă îngrijora pe mine, a scăzut cât trebuia. Făcând zilnic mișcare, s-a stabilizat în mod natural la un nivel optim. Am găsit acel punct în care simțeam cea mai mare libertate de mișcare. Odată cu asta, mi-am schimbat și regimul alimentar. Am început să mănânc în principal legume și să-mi iau proteinele mai mult din pește. Oricum nu prea mă dădeam eu în vânt după carne, iar această tendință s-a accentuat vizibil. Am redus cantitatea de orez și alcool și am început să folosesc doar condimente naturale. Dulciurile nu mi-au plăcut niciodată.

După cum spuneam și mai devreme, dacă nu am grijă și nu fac nimic, mă îngraș imediat. Spre deosebire de mine, deși nu face mișcare, soția mea nu se îngrașă deloc oricât ar mânca (nu mănâncă mult, dar de la dulciuri nu se dă niciodată înapoi).

Nu are pic de grăsime în exces pe ea. Asta m-a făcut de multe ori să remarc ce nedreaptă e viața.

Ceea ce unii oameni nu obțin fără efort, alții capătă fără să miște un deget.

Dacă stau să mă gândesc, poate că până la urmă am avut noroc că m-am născut cu tendința aceasta de a pune ușor pe mine. Eu unul trebuie să fac zilnic mișcare și să am mereu grijă la ce mănânc ca să nu mă îngraș. E o viață tare grea. Dar, dacă faci efort susținut și nu te lenevești, îți menții metabolismul în formă și prin urmare ești mai sănătos și mai rezistent. Poți să reduci chiar și efectele îmbătrânirii, într-o anumită măsură. Pe de altă parte, cei care nu se îngrașă nu sunt nevoiți să aibă grijă la alimentație sau să facă mișcare. Și nu cred că sunt mulți cei care își bat capul cu asta fără să fie obligați. De aceea, în multe cazuri, aceștia se șubrezesc fizic pe măsură ce îmbătrânesc. Dacă nu ai grijă conștient de tine, mușchii și oasele ți se uzează. De-abia când privești lucrurile pe termen lung îți dai seama ce e drept și ce nu. Poate că printre cei ce citesc aceste rânduri se numără și câteva persoane îngrijorate că se îngrașă imediat cum se neglijează un pic. Dar, din motivele pe care le discutăm mai devreme, n-ar trebui să privim asta mai degrabă ca pe o binecuvântare de SUS și să avem o atitudine mai pozitivă? Suntem norocoși că observăm de la distanță lumina roșie a semaforului. Deși, recunosc, nu e ușor să vezi lucrurile din perspectiva asta.

Cred că aceeași perspectivă se poate aplica și meseriei de scriitor. Scriitorii cu talent înăscut sunt capabili să scrie liber, fără să facă nimic (sau orice ar face). Cuvintele li se revarsă natural din peniță ca apa din izvor și dau naștere unei opere.

Nu trebuie să depună nici un efort. Mai rar, dar există pe lume și asemenea oameni. Din păcate, eu nu mă număr printre ei. Nu mă mândresc cu asta, dar oricât m-aș uita în jurul meu, nu văd nici urmă de izvor. Dacă nu iau dalta și nu lovesc cu ea în stâncă până fac o gaură adâncă, nu am altă cale să ajung la vreo sursă creatoare. Ca să scriu un roman trebuie să mă exploatez fizic, să investesc timp și efort. Trebuie să scobesc o gaură adâncă de fiecare dată când vreau să scriu ceva. Dar făcând asta timp îndelungat, descopăr noi pânze de apă și ajung să găuresc roca dură cu mai multă eficiență în ce privește tehnica și efortul fizic. Dacă simt că seacă un izvor, pot să trec imediat la altul.

Cei care se bazează doar pe izvorul natural nu au această posibilitate.

Viața e în esență nedreaptă. Asta e un lucru indiscutabil. Dar eu cred că oricât de nedreaptă ar fi situația în care te-ai afla, poți găsi o formă de echitate. Poate că asta cere timp și efort sau poate că degeaba investești timp și efort. E la latitudinea fiecăruia să hotărască dacă merită sau nu să-și caute această dreptate.

Multă lume e impresionată de faptul că alerg zilnic. „Ce voință de fier ai!” mai exclamă ei uneori.

Sigur, îmi place când mă laudă lumea. E mult mai bine decât să mă vorbească de rău. Dar eu unul nu sunt de părere că dacă ai voință, poți face orice. Lumea nu e chiar atât de simplă. Sincer să fiu, mie nu mi se pare că ar exista vreo corelație strânsă între alergare zilnică și voință. Alerg de mai bine de douăzeci de ani pentru că alergarea mi se potrivește mie. Sau cel puțin pentru că nu mi-a venit greu să alerg. Oamenii sunt făcuți să se țină de ceea ce le place și să abandoneze ce nu le place. O vagă legătură cu voința tot există, dar oricâtă voință ar avea cineva, oricât nu i-ar plăcea să se lase păgubaș, nu poate să se țină multă vreme de un lucru care nu-i e pe plac. Și chiar dacă ar reuși, sigur nu i-ar face bine la sănătate.

De aceea, eu nu am recomandat niciodată cuiva să se apuce de alergat. Încerc să evit să zic lucruri de genul: „E minunat să alergi. Haideți cu toții să alergăm!” Dacă unui om îi place alergarea de fond, nu e nevoie să-l împingi de la spate, pentru că la un moment dat o să înceapă să alerge de la sine, iar dacă nu-l interesează așa ceva, poți să i-o recomanzi cu toată căldura, că tot degeaba. Maratonul nu e un sport pentru toată lumea, așa cum nici scrisul nu e o meserie pentru oricine. Eu nu am ajuns scriitor la recomandarea sau rugămintea cuiva (sau pentru că s-a opus cineva). M-am apucat de scris pentru că asta mi-a venit mie să fac. La fel, nu ajungi alergător la recomandarea cuiva.

Ajungi pentru că, practic, asta ți-e menit să faci.

E posibil ca unora să le stârnească interesul aceste rânduri și să-și zică: „Ce-ar fi să alerg și eu un pic?” Apoi chiar să pună gândul în practică și să observe că le-a făcut plăcere. Un rezultat îmbucurător, desigur. Ca autor al

acestei cărți, aș fi foarte încântat să se întâmple așa. Dar oamenii au înclinațiile lor. Unii au o propensiune către maraton, alții către golf, alții către jocurile de noroc. De fiecare dată când văd elevi de școală puși să alerge la rezistență în timpul orelor de sport, îi compătinesc. A forța pe cineva care nu e dispus sau nu are constituția fizică necesară să alerge e o tortură fără sens. Îmi vine să-i avertizez să înceteze să-i mai oblige să alerge pe toți elevii de generală și liceu deopotrivă, până nu se lasă cu victime, dar știu că nu m-ar asculta nimeni. Asta e școala. Lucrul cel mai important pe care îl învățăm în școală este acela că „cele mai importante lucruri nu se învață la școală”.

Dar, oricât de bine mi s-ar potrivi mie alergarea, există și zile în care mă simt moleșit și fără chef.

De fapt, chiar des. În asemenea momente îmi vine să caut tot felul de motive plauzibile ca să renunț la alergat. L-am intervievat odată pe alergătorul olimpic Toshihiko Seko, chiar la puțin timp după ce s-a retras din competiție și a preluat funcția de manager al echipei S&B. L-am întrebat: „Domnule Seko, i se întâmplă și unui alergător de talia dumneavoastră să nu aibă chef să alerge și să vrea să lenevească în pat?„ S-a uitat la mine și mi-a zis cu o voce care lăsa să se înțeleagă că i-am pus o întrebare stupidă: „Evident că da! Ba chiar foarte des.”

Ce-i drept, chiar a fost o întrebare stupidă din partea mea. De fapt, și atunci mi-am dat seama că era, dar am vrut să-l aud pe domnul Seko spunând-o cu gura lui. Că atunci când se trezește dis-de-diminează și își leagă șireturile la pantofii de sport, s-a întâmplat să aibă același gând ca și mine, chiar dacă între noi e o diferență ca de la cer la pământ ca nivel de forță fizică, volum de antrenament sau motivație. Răspunsul pe care mi l-a dat atunci m-a liniștit pe deplin. Mi-am dat seama că da, suntem toți la fel.

Am să vă spun un lucru personal despre mine, și anume că atunci când simt că nu am chef să alerg, am grijă să îmi pun următoarea întrebare: „Faptul că ești scriitor înseamnă că poți să lucrezi singur acasă la orice oră vrei, deci nu trebuie nici să te înghesui dimineața și seara în trenurile arhipline și nici să te duci la ședințe plicticoase. Cumva nu te crezi norocos? (Ba da.) În comparație cu asta, nu ți se pare doar un fleac să alergi o oră prin cartier?” Când îmi imaginez trenurile aglomerate și ședințele, mi se ridică moralul de la sine și îmi închei din nou șireturile și plec să alerg fără alte îndoieli. Mă gândesc că o să-mi fie mie învățare de minte dacă nu mă urnesc să fac măcar atât. Asta nu înseamnă că nu există destui oameni care ar prefera trenurile aglomerate și ședințele decât să alerge o oră pe zi, și chiar în cunoștință de cauză.

În orice caz, așa m-am apucat eu de alergat.

Treizeci și trei de ani, atât aveam eu pe atunci, încă destul de tânăr, dar nu un „tinerel”. Vârsta la care a murit Iisus Hristos. Vârsta la care Scott Fitzgerald începuse deja să intre în declin. Poate că e un moment de răscruce în viața oricărui om.

Pentru mine, e vârsta la care am început să alerg și la care am luat, puțin cam târziu, startul ca scriitor.

Capitolul 3

1 septembrie 2005

Insula Kauai, Hawaii.

Primii 42 de kilometri, în miezul verii, la Atena.

Ieri a fost ultima zi din august. Un scurt calcul îmi arată că în luna aceasta (31 de zile) am alergat în total 350 de kilometri.

Iunie: 260 km (60 km/săpt.)

Iulie: 310 km (70 km/săpt.)

August: 350 km (80 km/săpt.)

Obiectivul meu este maratonul din New York, de pe 6 noiembrie. În mare, pregătirile merg destul de bine. Cu cinci luni înainte de competiție am început să mă antrenez sistematic și am crescut treptat distanța de alergare.

În august, vremea e minunată în Kauai și n-am ratat nici măcar o zi de antrenament din cauza ei.

A mai plouat când și când, dar au fost doar ploi plăcute, care îmi răcoreau bine corpul încins. În general, vara e vreme frumoasă pe coasta de nord a insulei Kauai, dar chiar și așa, mai rar se întâmplă să fie însoțit pe o perioadă atât de lungă.

Mulțumită timpului bun, am putut să alerg în voia inimii. M-am menținut într-o condiție fizică bună, fără probleme. Corpul meu nu s-a plâns, deși am crescut câte puțin distanța de la o zi la alta. Am încheiat trei luni de antrenament fără accidentări, dureri sau oboseală prea mare.

Nici nu m-a răpus căldura. Eu nu iau măsuri speciale ca să mă protejiez de căldură. Am grijă să evit băuturile reci, mănânc multe fructe și legume și cam atât. Hawaii e locul ideal pentru dieta mea de vară, pentru că aici am la îndemână (literalmente la îndemână, chiar în apropierea casei), la niște prețuri mici, fel de fel de fructe proaspete – mango, papaya, avocado. Dar toate acestea nu sunt neapărat măsuri de precauție împotriva căldurii, ci lucruri pe care le cere corpul în mod natural. Când faci mișcare în fiecare zi, ajungi să-i auzi glasul mai ușor.

O altă metodă de a mă ține în formă e să trag câte un pui de somn. Dorm foarte des după-amiaza.

După prânz mi se face somn, mă tolănesc pe canapea și adorm. Cam în jumătate de oră mă trezesc perfect odihnit și cu mintea limpede. Îmi fac „siesta”, după cum s-ar spune în sudul Europei. Am senzația că am deprins obiceiul ăsta pe vremea când stăteam în Italia, dar s-ar putea să mă înșel. Poate că mi-a plăcut dintotdeauna să dorm după-amiaza.

În orice caz, eu sunt genul de om care adoarme buștean oriunde ar fi, dacă i se face somn. Pentru sănătate, e un obicei demn de toată lauda, doar că uneori se întâmplă să adorm când nu trebuie, iar asta îmi poate crea probleme.

Am mai dat jos câteva kilograme și m-am mai subțiat la față. Îmi place să-mi văd corpul schimbându-se așa. Doar că acum durează mai mult până apar schimbările decât în tinerețe. Ce-mi lua înainte o lună și jumătate se întâmplă acum în trei. Volumul de mișcare și eficiența cu care duc un lucru la bun sfârșit descresc văzând cu ochii.

Dar n-am decât să mă resemnez și să mă mulțumesc cu ce am. Asta este o regulă a vieții, iar eficacitatea nu e un principiu după care să judecăm ce valoare are viața noastră. În sala de sport din Tokyo la care merg eu, e un afiș pe care scrie: „Mușchii se pun greu și se pierd ușor. Grăsimea se pune ușor și se pierde greu.” O realitate nesuferită, dar rămâne o realitate.

Luna august a dispărut în zăre făcându-mi cu mâna (chiar mi s-a părut că-mi face cu mâna) și odată cu septembrie mi-am schimbat din nou stilul de antrenament. Am încercat pur și simplu să alerg pe o distanță mai mare, fără să-mi bat capul cu nimic complicat, crescând ușor ritmul în fiecare zi. Adică mi-am construit temelia. Am prins nerv, mi-am întărit mușchii, mi-am luat elan fizic și psihic și mi-am consolidat moralul. Un pas important aici este să-i spun corpului meu că e absolut normal să alerge atât de mult. Zic asta la modul figurat, pentru că pot să-mi bat gura cât vreau, că nu ascultă el așa, cu una, cu două. Corpul este un sistem extrem de practic. Trebuie să îi provoci durere intermitent, pe o perioadă mai lungă, ca să înțeleagă mesajul. Rezultatul este că va accepta de bunăvoie (sau poate nu) volumul de mișcare la care e supus. După aceea împingi ușor limita superioară. Puțin câte puțin. Cât să nu faci pană.

Acum că am intrat în septembrie și mai rămân două luni până la maraton, începe o perioadă de ajustare a antrenamentului. Variez între alergări lungi și scurte, ușoare sau intense, ca să fac tranziția de la antrenamentul axat pe cantitate, la cel axat pe calitate. Îmi propun ca oboseala să atingă nivelul maxim cu o lună înainte de competiție. E o perioadă critică și trebuie să avansez dialogând atent cu corpul meu.

Spre deosebire de august, pe care l-am petrecut doar în Kauai și am putut să mă antrenez cu spor, în septembrie mă voi plimba din Hawaii în Japonia și din Japonia în Boston, iar cât stau în Japonia o să fiu foarte prins. Asta înseamnă că n-o să mai pot să alerg la fel de mult ca până acum, dar am să încerc să compensez această pierdere printr-un program eficient de antrenament.

Nu prea vreau să recunosc acest lucru (dacă aș putea, l-aș dosi în fundul dulapului), dar la ultimul maraton am scos un rezultat mizerabil. Am participat la multe competiții până acum, dar la niciuna nu mi-a mers atât de prost. Cursa cu pricina s-a desfășurat undeva, în prefectura Chiba.

Până la kilometrul 30 am reușit să păstrez un ritm decent. Chiar mă gândeam că dacă o țin tot așa, am șanse să scot un timp frumușel. Mai aveam destulă energie și simțeam că pot să termin distanța rămasă fără probleme. Dar nici n-am gândit bine asta, că picioarele au refuzat brusc să mă mai asculte. Au început crampele, din ce în ce mai rele, până n-am mai putut să alerg. Oricât stretching aș fi încercat să fac, partea din spate a coapselor continua să-mi tremure din cauza spasmelor, se deformase ciudat și refuza să mă mai asculte. Nu mai puteam nici să stau în picioare. M-am trezit ghemuit pe vine. Mi s-a mai întâmplat și la alte curse să am crampe pe porțiunea de final, dar dacă făceam câteva exerciții de stretching, mușchii își reveneau în vreo cinci minute și puteam să reiau cursa. Însă, de data aceasta, nu mi-a mai mers la fel de ușor. Oricât mă străduiam, crampele nu

se mai potoleau. La un moment dat, am avut senzația că m-au mai lăsat și am încercat să alerg, dar imediat au reînceput. N-am avut încotro și a trebuit să merg pe ultimii cinci kilometri. A fost prima dată în viață când am mers în loc să alerg la un maraton. Până atunci mă mândream cu faptul că nu recurgeam la așa ceva oricât aș fi suferit. Maratonul e o competiție la care se aleargă, nu se merge. Acesta e raționamentul meu. Dar atunci și așa de-abia dacă am putut să înaintez.

Mi-a trecut prin minte de mai multe ori să abandonez cursa și să mă urc în unul din autocarele care însoțeau convoiul. Dacă tot aveam să scot un timp groaznic, nu mai bine abandonam și gata?

Dar mi-am dat seama că să mă las păgubaș chiar era ultimul lucru pe care voiam să-l fac. Trebuia neapărat să ajung la linia de sosire, chit că mă târâm până la ea.

Am luat-o la pas către linia de sosire, șontâc-șontâc, cu fața schimonosită de durere, văzând cum ceilalți alergători mă depășeau unul după altul. Cifrele de pe ceasul meu digital înregistrau necruțător scurgerea timpului. Rafalele de vânt dinspre mare îmi răceau tricoul îmbibat de transpirație, făcându-mă să dărdâi de frig. La urma urmei, era miezul iernii. Cum să nu-ți fie frig când mergi pe un drum bătut de vânt în maiou și pantaloni scurți? Nu-mi închipuiam că pot să îngheț atât de tare odată ce mă opream din alergat. Cât timp alergi, te încălzești și nu mai simți frigul. Însă ce m-a afectat pe mine, mai mult decât frigul, a fost să-mi simt mândria rănită, să mă văd pe mine târâindu-mi picioarele pe traseul de maraton. Cu doi kilometri înainte de linia de sosire crampele s-au potolit, în sfârșit, și am putut să alerg din nou. Mi-am revenit încet-încet, alergând în pas de jogging, iar în final am reușit chiar un sprint, însă timpul pe care l-am scos a fost absolut dezolant.

Cauza eșecului a fost clară: antrenament insuficient, antrenament insuficient, antrenament insuficient. La asta se reduce totul. Nu făcusem suficientă mișcare și nu slăbisem cât trebuia. Fără să-mi dau seama, încolțise în mine aroganța că sunt în stare să alerg 42 de kilometri și fără să mă dau prea tare peste cap. Între încrederea în sine sănătoasă și îngâmfarea nesănătoasă e un perete foarte subțire. În tinerețe poate că aș fi fost în stare să termin un maraton așa, fără să mă dau prea tare peste cap. Poate că aș fi scos un timp decent și fără antrenamente intense, punând la bătaie doar rezervele de energie acumulate până în momentul respectiv. Dar, din păcate, nu mai sunt tânăr. Am ajuns la vârsta la care nu obțin nimic dacă nu plătesc prețul care se cuvine.

Mi-am zis atunci că așa ceva nu vreau să mai pățesc cât oi trăi. Nu vreau să mai îngheț în halul ăla sau să mă mai simt vreodată atât de jalnic.

Pentru următorul maraton trebuie să fac tot ce pot și să încep de la capăt, să iau totul de la zero.

Să mă antrenez meticulos și să-mi recapăt forța fizică. Să strâng zdravăn toate șuruburile, unul câte unul. Și mai văd eu apoi ce rezultate obțin așa. Asta am gândit eu în timp ce îmi târâm picioarele înțepenite prin vântul rece, văzând cum mă depășesc din spate o groază de alergători.

După cum v-am spus de la bun început, eu nu sunt o fire competitivă. Sunt de părere că, într-o anumită măsură, e inevitabil să pierzi. Nu ai cum să învingi la nesfârșit. Pe șoseaua vieții, e imposibil să gonești încontinuu doar pe banda de depășire. Pe de altă parte, nu vreau nici să repet aceeași greșeală. Vreau să învăț din fiecare eșec și să aplic lecția învățată data viitoare. Să fac asta măcar cât mai sunt în stare.

Așa se face că mă aflu acum la birou și scriu aceste rânduri, continuându-mi în paralel antrenamentul pentru următoarea cursă, adică maratonul din New York. Evoc amintiri de acum mai bine de douăzeci de ani, de pe vremea când eram un alergător novice, recitesc însemnările făcute pe atunci (eu unul nu reușesc niciodată să țin un jurnal, dar însemnările despre alergat le fac cu precizie) și le aștern în scris. Pe de o parte, ca să recapitulez pașii pe care i-am urmat până acum, dar și ca să readuc la lumină ce simțeam pe atunci.

Ca să mă dojenesc, dar și ca să-mi dau curaj. Și ca să retrezesc în mine acel imbold care, la un moment dat, a amorțit. Scriu ca să dau un făgaș gândurilor mele. Ce rezultă de aici s-ar putea să fie un volum de memorii centrate în jurul alergării.

Asta nu înseamnă că memoriile sunt grija mea principală în acest moment. Ce mă preocupă pe mine acum e cum să fac să scot un timp cât de cât decent la maratonul din New York de peste două luni. Problema mea e cum să-mi antrenez corpul pentru asta.

Pe 25 august am avut o ședință foto pentru revista americană Tâura/zer's World. A venit un fotograf din California și m-a pozat o zi întreagă. Un tip tânăr și entuziast, pe nume Greg. A zburat tocmai până în Kauai cărând după el o tonă de echipament. Finalizasem interviul cu ceva vreme înainte și mai rămăseseră de făcut pozele care urmau să însoțească articolul. Portretul plus o poză cu mine alergând. Se pare că nu există mulți scriitori care să participe la maratoane (nu lipsesc cu desăvârșire, dar sunt puțini la număr), iar pe ei i-a atras viața mea de „scriitor-alergător”. Runner's World e foarte citită în rândurile alergătorilor din America și e posibil ca mulți dintre ei să mă recunoască și să intre în vorbă cu mine la New York.

Și așa m-am stresat și mai rău la gândul ca nu cumva să mă fac de rușine.

Să ne întoarcem în 1983, la vremea când erau în vogă Duran Duran și Hali & Oates, timpuri pline de nostalgie pentru mine.

În luna iulie a aceluia an m-am dus în Grecia și am alergat singur de la Atena până la Marathon.

Adică am parcurs traseul original al maratonului, Marathon – Atena, în sens invers. Am optat să alerg în sens invers gândindu-mă că dacă pornesc din Atena dimineața devreme, ies din oraș înainte de ora de vârf (și cât mai e curat aerul) și o iau direct către Marathon, mă lovesc de mai puțin trafic și mi-e mai ușor. Având în vedere că alergam de unul singur și nu în cadrul cursei oficiale, nu aveam nici avantajul restricțiilor de trafic.

De ce m-am dus până în Grecia și am alergat

42 de kilometri de unul singur? Pentru că s-a întâmplat să primesc din partea unei reviste adresate bărbaților invitația de a merge în Grecia și a scrie un jurnal de călătorie. Era vorba de un turneu media, organizat de oficiul elen pentru turism.

Participau mai multe reviste, iar turneul includea vizitarea anumitor monumente istorice, o croazieră pe Marea Egee și multe altele, dar odată ce acestea se încheiau puteam să mai stau cât vreau și să fac ce vreau, pentru că aveam biletul de avion cu întoarcere liberă. În principiu nu mă interesează genul acesta de excursii organizate, dar faptul că la sfârșit eram liber să fac ce vreau m-a atras foarte mult. Și la urma urmei, în Grecia e traseul original de maraton, pe care voiam să-l văd cu propriii mei ochi. Aș fi putut să străbat cu picioarele mele măcar o parte din el, iar asta însemna pentru mine, proaspătul alergător de atunci, o experiență extraordinară.

„la stai așa!”, mi-am zis eu atunci. „De ce doar o parte? Ce-ar fi să-l alerg pe tot?”

Când le-am propus asta, cei din redacția revistei s-au arătat foarte interesați. Așa am ajuns eu să alerg de unul singur, în tăcere, primul meu maraton (aparent) întreg. Fără spectatori, ovații, panglica de la linia de sosire, fără nimic. Ce puteam să-mi doresc mai mult?

De fapt și de drept, drumul care leagă Atena de Marathon nu acoperă distanța oficială de 42,195 km.

Este mai scurt cu aproape doi kilometri. Am aflat asta câțiva ani mai târziu, când am participat la maratonul oficial de la Atena (parcurgând traseul în direcția originală, dinspre Marathon către Atena). Poate că cei care au urmărit vreodată maratonul olimpic de la Atena își vor aminti că, după ce se dă startul cursei, alergătorii cotesc la stânga pe un drum secundar la un anumit punct de pe traseu, înconjoară niște ruine și revin apoi pe drumul principal. Așa se compensează distanța lipsă. Însă eu nu știam acest lucru pe atunci și m-am ținut de drumul direct din Atena până la Marathon, crezând că parcurg toți cei 42 de kilometri, când de fapt au fost doar vreo 40. Pe de altă parte am făcut câteva ocoluri prin oraș, iar kilometrajul mașinii care m-a însoțit arăta în jur de

42 de kilometri, așa că până la urmă pot să spun că am alergat pe o distanță foarte apropiată de un maraton întreg. Nu că asta ar mai conta acum.

Când am alergat eu atunci, era miezul verii.

După cum știu cei care au fost la Atena, în miezul verii e o arșiță de neimaginat. Localnicii nu ies la amiază din casă decât dacă au neapărată nevoie.

Stau și moțâie la răcoare, la umbră, fără să facă nimic, conservându-și energia. Când apune soarele apar în sfârșit și își încep activitatea. În Grecia, cei care merg pe stradă la amiază în toiul verii sunt majoritatea turiști. Până și câinii zac nemișcați la umbră. Stai și te uiți la ei, dar nu-ți dai seama dacă sunt vii sau morți. Atât e de cald. Să alergi 42 de kilometri în asemenea condiții e nebunie curată.

Când le-am spus că am de gând să alerg singur de la Atena la Marathon, toți grecii m-au avertizat în cor: „Să nu faci prostia asta! Nici un om întreg la minte n-ar face așa ceva.” Înainte să ajung acolo nu știam nimic despre arșița din Atena, așa că eram destul de relaxat, crezând că totul se rezumă la a alerga cei 42 de kilometri. Mă gândeam doar la distanța în sine, fără să iau o secundă în calcul temperaturile. Dar, când am ajuns în Atena, am fost și eu șocat de cât de cald era și am început să le dau dreptate. Pe de altă parte, bătusem atâta cale până în Grecia și mă dădusem mare că o să parcurg cu picioarele mele întreg traseul original de maraton și că o să scriu un articol pe tema asta. Nu mai puteam să dau înapoi. Mi-am bătut îndelung capul și într-un final am ajuns la concluzia că singura cale să nu mă doboare căldura era să plec din Atena dis-de-dimineată, cât era încă întuneric, și să ajung la destinație înainte să urce soarele prea mult pe cer.

Cu cât se făcea mai târziu, cu atât se încălzea mai tare. Mă luam la întrecere cu soarele, exact ca în Aleargă, Melos! Nuvela lui Dazai.

Masao Kageyama, fotograful care venise cu mine în Grecia, urma să meargă alături de redactor în mașina care mă însoțea și să mă fotografieze pe parcurs. Nefiind o cursă oficială, nu aveam nici standuri cu apă pe traseu, așa că din când în când mă opream să beau apă din mașină. Fiind o vreme absolut caniculară, trebuia să am mare grijă să nu mă deshidratez.

— Domnule Murakami, chiar aveți de gând să alergați tot maratonul? M-a întrebat Kageyama mirat când m-a văzut pregătindu-mă de alergare.

— Sigur că da. De-asta am venit.

— Serios? Dar, știți, la proiectele de genul acesta, de obicei nu se face totul cap-coadă. De cele mai multe ori facem doar pozele care sunt de făcut și sărim peste restul. Dar văd că dumneavoastră sunteți chitit să alergați.

Nu-i înțeleg pe oameni. Nu-mi vine să cred că lumea chiar e în stare de asemenea lucruri.

În fine, lăsând asta la o parte, am plecat dimineața la cinci și jumătate de la stadionul olimpic, unde s-au ținut și Jocurile Olimpice de la Atena, și am luat-o drept către Marathon, pe singurul drum principal care există. Când alergi pe șoselele din Grecia, îți dai seama că sunt pavate cu totul altfel decât în Japonia. În loc de balast, se folosește un material care arată a marmură măcinată. E foarte lunecoasă și lucește puternic în soare. Când plouă, trebuie să ai mare grijă la mașini. Pantofii îți scârțâie pe ea chiar și atunci când nu e udă de la ploaie și simți în tălpi cât e de netedă.

Mai departe urmează un rezumat al articolului pe care l-am scris atunci pentru revistă.

Soarele urcă tot mai mult pe cer. E foarte complicat să alergi prin Atena. De la stadion și până la intrarea pe drumul care duce la Marathon sunt vreo cinci kilometri, dar e plin de semafoare, care îți dau ritmul peste cap. Mașinile parcate ilegal și lucrările de construcție blochează des drumul și atunci trebuie să ies pe carosabil, lucru periculos din cauza mașinilor care gonesc nebunește prin oraș la primele ore ale dimineții.

Când intru pe șoseaua către Marathon, soarele începe să se arate și toate luminile orașului se sting. Se apropia ora la care soarele de vară pune

stăpânire pe suprafața pământului. În stațiile de autobuz încep să apară oameni. Grecii au obiceiul să doarmă după-amiaza, drept pentru care pleacă devreme la serviciu. Toți mă urmăresc cu priviri mirate. Probabil nu li se întâmplă des să vadă un asiatic alergând prin oraș înainte de revărsatul zorilor. În Atena nici jogging nu face multă lume.

Până la kilometrul 12 alerg pe o pantă care urcă lin. Nu bate deloc vântul. După vreo șase kilometri îmi scot tricoul și rămân la bustul gol.

De obicei alerg dezbrăcat și mă simt revigorat când scap de tricou (deși mai apoi sufăr cumplit de pe urma arsurilor).

Ajuns în capătul pantei, simt că în sfârșit am reușit să scap de oraș. E momentul în care pot să răsflu ușurat, dar în același timp aici trotuarul dispare cu totul și în locul lui apare un acostament îngust, demarcat doar printr-o linie albă. Începe ora de vârf pentru navetiști și traficul se întetește.

Autobuze și camioane de mare tonaj vâjâie pe lângă mine cu 80 km/h. „Bulevardul Marathonului” e un nume cu o rezonanță aparte, dar de fapt nu este decât un drum de navetă obișnuit.

Aici îmi iese în cale primul hoit de câine. Un dulău roșcat, care nu pare să aibă răni externe. E pur și simplu întins pe jos în mijlocul drumului.

Un câine vagabond, mai mult ca sigur lovit în timpul nopții de o mașină care gonea cu viteză.

Pare cald încă și din cauza asta nici nu arată mort. Parcă ar dormi profund. Șoferii din camioanele care trec pe lângă el nu aruncă nici o privire leșului.

Puțin mai încolo văd o pisică strivită de roți.

Un stârv deja uscat, complet aplatizat, ca o bucată deformată de pizza. Probabil că zace acolo de ceva vreme.

Cam așa arată drumul.

Încep să mă întreb serios de ce, după ce am bătut atâta cale din Tokyo până în țara asta frumoasă.

M-am apucat eu să alerg de bunăvoie pe drumul ăsta industrial, plin de pericole și astfel de priveliști dezolante. Nu puteam să găsesc altceva mai bun de făcut? La final, numărul total de animale care și-au pierdut tragic viața în această zi, pe bulevardul Marathonului, este de trei câini și unsprezece pisici. Un calcul care m-a deprimat cumplit.

Aleg mai departe. Soarele se arată în întregime în fața mea și urcă pe cer cu o viteză incredibilă.

Mi-e o sete cruntă. Nici nu apuc să transpir. Aerul este extrem de uscat, iar transpirația mi se evaporă instantaneu de pe piele, lăsând în urmă doar niște dâre albe de sare. Expresia „broboane de sudoare” nici nu se aplică aici, pentru că transpirația mi se usucă înainte să apuce să formeze broboane. Toată pielea mă înțeapă de la sare. Când îmi umezesc buzele, simt gust de sos de anșoa. Mă gândesc ce bună ar fi o bere rece ca gheața. În lipsă de bere, mă opresc din cinci în cinci kilometri și beau apă de la mașina care mă însoțește. N-am mai băut niciodată atâta apă în timpul unei alergări.

Însă nu mă simt rău. Încă mai am suficientă energie. Reușesc să mențin un ritm numai bun, punând la bătaie cam 70% din forțe. Întâlnesc pe rând

porțiuni care urcă și coboară lin. Alerg în direcția mării și coborâșurile sunt o idee mai numeroase. Odată ieșit din centrul și periferia orașului, peisajul devine rural. Pe parcurs trec printr-un sătuc, Nea Makri, unde bătrânii stau la mese în fața cafenelelor și-și beau cafeaua de dimineață din niște cești mici. Mă urmăresc cu privirea în tăcere, de parcă ar asista la un simplu cadru de pe scena istoriei.

După 27 de kilometri trec de o culme și văd în zare dealurile din Marathon. Socotesc că am parcurs cam două treimi din traseu. Îmi fac niște calcule în gând și apreciez că aș putea să termin cam în trei ore și jumătate. Însă lucrurile nu decurg așa frumos. După kilometrul 30 începe să bată vântul din față, dinspre mare, și se întetește pe măsură ce mă apropiu de Marathon. E atât de puternic, încât îmi înțepă pielea. O secundă dacă n-aș opune rezistență, m-ar zbura cu totul pe spate. Simt un vag miros de mare. Urmează o pantă care urcă lin. Drumul acesta până la Marathon e drept de parcă ar fi. Trasat cu o riglă lungă-lungă. Din acest punct începe să mă atace oboseala. Oricâtă apă aș bea, mi se usucă gâtulejul instantaneu. Tânjesc după o bere rece și bună.

Nu, mai bine las gândul la bere. Ar fi bine să nu mă gândesc nici la soare. Să uit și de vânt. Să uit și de articol. Mă concentrez doar să-mi împing picioarele alternativ în față. Altă problemă urgentă nu există în acest moment.

Trec de 35 de kilometri. Ce vine mai departe, pentru mine e terra incognita. De când m-am născut și până acum nu am alergat niciodată mai mult de

35 de kilometri. În stânga mea se înalță un lanț de munți abrupti și stâncoși. Par sterpi și nefolositori la nimic. Cine, ce zeități s-au apucat să clădească așa ceva? În dreapta mea se întind plantații de măslini cât vezi cu ochii. Totul pare acoperit cu un strat de praf alb. Simt pe piele vântul care suflă neîncetat dinspre mare. De ce trebuie să bată așa de tare?

Pe la kilometrul 37 nu-mi mai convine nimic.

Gata, mi-a ajuns! Nu mai am nici un chef să alerg.

E clar, energia mi-a scăzut la zero. Mă simt ca o mașină care merge cu rezervorul gol. Aș bea niște apă, dar dacă m-aș opri acum nu cred că m-aș mai mișca din loc. Mi-e sete, dar nu mai am energie nici cât să beau apă. Încep să mă enervez. Mă enervez pe oile împrăștiate la marginea drumului, care pasc fericite, și pe fotografii care face poze încontinuu din mașină. Mecanismul aparatului face prea mult zgomot. Sunt prea multe oi. E treaba fotografului să facă poze și e treaba oilor să pască iarbă. N-am nici un motiv să-i bombăn. Și totuși mă scot din sărite. De la soare, încep să mă umplu tot de bășici albe. Să vezi ce-o s-o pățesc!

Ce naiba e și cu căldura asta?

Trec de 40 de kilometri.

„Curaj, mai sunt doar doi kilometri!” se aude din mașină vocea veselă a redactorului. „Ușor de zis!” îmi vine să i-o retez, dar o gândesc doar, n-o mai spun cu voce tare. Soarele e necruțător. E de-abia nouă dimineața și deja s-a făcut o căldură insuportabilă. Transpirația îmi intră în ochi. Sarea mă înțepă

și o vreme nu mai văd nimic. Îmi vine să mă șterg cu mâna, dar am și fața, și mâinile pline de sare și nu mi-aș provoca decât mai multă usturime în ochi.

Peste iarba înaltă de vară, se vede în depărtare punctul de sosire: monumentul de la intrarea în satul Marathon. La început n-am fost sigur că e într-adevăr punctul de sosire, pentru că mi-a apărut prea brusc în fața ochilor. Sunt fericit să-l văd, desigur, dar mă și enervează bruschetea cu care a apărut. Vreau să storc toată puterea din mine și să sprintez pe ultima sută de metri, dar picioarele nu vor să se miște sub nici o formă. Nici nu mai știu bine cum să mă mișc. Parcă aș avea mușchii așchiați cu o rindea ruginită.

Finiș.

Am ajuns în sfârșit la linia de sosire. Nu am nici o senzație de împlinire. Mă simt doar ușurat că nu mai trebuie să alerg. Mă duc la o benzinărie și îmi răcoresc trupul încins cu puțină apă. Sunt plin de sare din cap până în picioare, un adevărat câmp de sare uman. Bătrânul de la benzinărie, care a aflat ce e cu mine, rupe câteva flori dintr-un ghiveci, face un mic buchet și mi-l întinde. „Bravo ție, felicitări!” Aceste mici atenții din partea străinilor îmi merg drept la inimă. Marathonul e un sătuc cu oameni cumsecade. E liniștit și pașnic.

Nici nu pot să-mi imaginez că în acest loc, acum câteva mii de ani, grecii au învins armata persană la capătul unei bătălii cumplite. E dimineață, iar eu stau într-o cafenea din Marathon și beau bere Amstel rece, după pofta inimii. E foarte bună, desigur, dar nu se compară cu cea pe care mi-o imaginam eu în timp ce alergam. Lucruri frumoase precum iluziile unui om cu mintea rătăcită nu există nicăieri în lumea reală.

Am parcurs distanța dintre Atena și Marathon în trei ore și cincizeci și unu de minute. Nu e un timp prea bun, dar în orice caz, am reușit să alerg singur tot maratonul. M-am luptat cu un trafic de coșmar, o căldură inimaginabilă și o sete cumplită.

Ar trebui să fiu mândru de mine, dar acum nu-mi pasă. Lucrul care mă bucură cel mai tare e că nu mai trebuie să alerg nici măcar un metru.

Gata, nu mai trebuie să alerg.

Aceștia au fost primii mei 42 de kilometri (aproape). Din fericire, a fost ultima dată când am alergat în asemenea condiții deplorabile. În luna decembrie a aceluiași an am finalizat maratonul din Honolulu într-un timp rezonabil. A fost cald și în Hawaii, dar căldura de acolo e mic copil pe lângă verile din Atena. Pot spune că în Honolulu mi-am făcut adevăratul debut în maraton. Iar de atunci încolo mi-am făcut un obicei din a participa la un maraton pe an.

Un lucru pe care l-am descoperit recitându-mi, după multe vreme, însemnările de atunci e că și după douăzeci și ceva de ani, după un număr egal de maratoane alergate, ceea ce simt acum când alerg cei 42 de kilometri a rămas complet neschimbat. Chiar și acum, la fiecare maraton trec prin aceleași procese mentale pe care le-am descris.

Până la kilometrul 30 îmi zic „s-ar putea să scot un timp bun de data asta”, dar după 35 mi se termină combustibilul și încep să mă scoată din sărite diverse lucruri. Iar la sfârșit mă simt „ca o mașină care merge cu

rezervorul gol". Insa, la puțin timp după ce termin cursa, uit cu nonșalanță toate gândurile deprimante și cât de greu a fost și iau hotărârea fermă ca data viitoare să alerg mai bine.

Oricâtă experiență aș acumula, oricâți ani ar trece peste mine, într-un final, totul nu e decât o repetiție nesfârșită.

Sunt anumite procese care nu suferă schimbări orice s-ar întâmpla. Iar dacă ținem morțiș să conviețuim cu ele, ce putem noi face e să ne schimbăm (sau să ne distorsionăm) pe noi înșine prin repetiții încăpățânate și să le asimilăm în personalitatea noastră.

Măi, măi.

Capitolul 4

19 septembrie 2005

Tokyo.

Majoritatea lucrurilor pe care le știu despre scris le-am învățat alergând în fiecare dimineață.

Pe 10 septembrie am părăsit insula Kauai și m-am întors în Japonia pentru două săptămâni.

Cât stau în Japonia mă fâțai cu mașina între biroul-apartament din Tokyo și casa mea din prefectura Kanagawa. Sigur că în timpul acesta îmi văd și de alergare, dar întorcându-mă în țară după multă vreme, mă așteptau aici o mulțime de lucruri de făcut. Trebuie să le rezolv pe fiecare în parte.

Am și multă lume de văzut. Așa că nu mai pot alerga în voie, ca în luna august. În schimb, când găsesc un pic de timp liber, încerc să mă antrenez pe distanțe mai mari. De când am venit în Japonia am alergat de două ori câte douăzeci de kilometri și o dată treizeci. Am reușit cu chiu, cu vai să mențin o medie de zece kilometri pe zi.

M-am antrenat special și pentru alergarea în pantă. În jurul casei mele e un drum plin de suișuri și coborâșuri, cu o diferență de nivel considerabilă (cred că echivalentul unei clădiri de cinci, șase nivele), iar eu am dat acest ocol de douăzeci și una de ori. Într-o oră și patruzeci și cinci de minute. Era o zăpușeală cumplită, pe care am resimțit-o din plin. Traseul maratonului de la New York este destul de plat, dar sunt șapte poduri de traversat, dintre care majoritatea sunt poduri suspendate, la care partea centrală e arcuită în sus. Am participat până acum de trei ori la maratonul din New York și porțiunile acestea înclinate le-am resimțit surprinzător de puternic în picioare.

La finalul cursei, după ce intri în Central Park, te întâmpină alt rând de suișuri și coborâșuri destul de grele, care pe mine mă încetinesc mereu. Sunt niște pante line, care nu ridică probleme la un jogging de dimineață, dar când te apropii de ele pe ultima porțiune a maratonului, se înalță ca un zid în fața alergătorilor. Până la final, mă secătuesc nemiloase și de ultimul strop de energie care mi-a mai rămas. Îmi zic că mai e puțin până la finish, încercând să mă încurajez, dar simt că înaintez doar cu gândul, pentru că linia de sosire nu se apropie deloc. Am gâtul uscat, dar stomacul nu mai vrea apă. În acest punct încep și picioarele să se plângă.

Eu mă descurc binișor la alergarea în pantă. La urcușuri chiar îi depășesc pe ceilalți participanți, așa că în mod normal, pentru mine sunt

chiar bine-venite, dar la cele din Central Park, de pe finalul traseului, mereu îmi dau duhul. Vreau să pot alerga (relativ) vesel pe ultimii kilometri, să sprintez și să calc linia de sosire zâmbind. Acesta e unul dintre obiectivele mele la cursa care vine.

Regula mea de bază în timpul antrenamentului e să nu las să treacă două zile consecutive de pauză, chiar dacă reduc enorm volumul de antrenament. Mușchii sunt ca un animal de povară ușor de dresat. Dacă ai grijă și adaugi povara în trepte, mușchii se vor adapta în mod natural. Dacă reușești să-i convingi, ilustrând cu exemple și amenințându-i că „dacă nici măcar atâta lucru nu vreți să faceți, chiar mă supăr!”, mușchii se vor conforma și vor prinde putere. Sigur, e nevoie de timp. Dacă îi forțezi, se defectează. Dar dacă investești timp în tot acest proces și avansezi treptat, se vor face mai puternici, ascultători și răbdători, fără să bombăne (poate doar să se mai încrunte uneori). Prin repetiție, îi faci să bage la cap cât sunt obligați să muncească. Mușchii noștri sunt foarte conștiincioși din fire. Atâta vreme cât urmezi procedeul corect, nu se vor plânge.

Dar dacă lași să treacă mai multe zile fără să le pui povara în spinare, vor ajunge automat la concluzia „aha, deci nu mai e nevoie să ne chinuim atâta, ce bine!” și vor coborî ștacheta. Mușchii sunt ca orice altă ființă vie care preferă să ducă un trai cât mai ușor și dacă nu mai simt nici o povară, răsufală ușurați și șterg orice amintire a ei.

Iar ca să le reintroduci în memorie amintirile șterse, trebuie să iei totul de la capăt. Sigur, e bine să-ți mai tragi și sufletul, dar pentru mine, în această perioadă importantă, când ziua cursei bate la ușă, e necesar să le bag mințile-n cap.

Trebuie să-i fac să priceapă foarte clar că nu e de joacă. Trebuie să mențin cu ei o relație de tensiune necruțătoare, având grijă să nu clacheze. Alergătorii experimentați își însușesc în mod natural asemenea tactici.

În timpul șederii mele în Japonia, a apărut noua mea colecție de nuvele, Povești misterioase din Tokyo, și trebuie să dau câteva interviuri. Am de revizuit un volum de critică muzicală, programat să apară în noiembrie, și de discutat grafica pentru copertă. Mai am de făcut corecturi și la traducerea seriei de opere complete ale lui Raymond Carver, care urmează să apară de la anul în ediție necartonată. Dacă tot apare în ediție nouă, vreau să revizuiesc integral traducerea existentă, iar asta cere timp. Apoi trebuie să scriu și o prefață lungă la ediția în engleză a colecției de nuvele Salcia oarbă, fata adormită, care urmează să apară tot la anul în State. Și în același timp – deși nu m-a pus nimeni s-o fac – migălesc și la eseul acesta despre alergare, ori de câte ori mai prind câte o clipă liberă. Lucrez fără să spun nimic, ca un fierar tăcut și harnic.

Am de rezolvat și câteva treburi administrative.

Cât timp am stat în America, asistenta mea de la biroul din Tokyo m-a anunțat deodată că își dă demisia în cursul anului, pentru că la începutul anului viitor se căsătorește, și trebuie să caute pe cineva în locul ei. Nu pot să închid biroul pe timpul verii. Iar imediat cum mă întorc în Cambridge o să am de susținut niște conferințe și trebuie să mă pregătesc și pentru ele.

Toate aceste lucruri trebuie rezolvate într-o perioadă de timp foarte scurtă. Și, colac peste pupăză, am și antrenamentul pentru cursa din New York.

Trebuie să muncesc cât pentru doi. Dar, orice ar fi, eu îmi văd mai departe de alergat. Alergarea zilnică e ancora mea de salvare și n-am să renunț la ea sau să dau rasol fiindcă sunt prea ocupat.

Dacă aș renunța la ea doar pentru că sunt ocupat, n-aș mai putea niciodată să alerg din nou. Ai doar câteva motive să te ții de alergat, dar motive să te lași găsești cu duiumul. Tot ce poți face e să iei acele câteva motive și să le șlefuești pe fiecare în parte cu grijă. Cum prinzi o clipă liberă, să le iei și să lustruiești cu râvnă pe toate părțile.

Când sunt în Tokyo, alerg pe la Jingu Gaien, pe o pistă din apropierea stadionului Jingu. Nu se poate compara cu Central Park din New York, dar este o zonă plină de verdeață, cum nu găsești în centrul orașului. Alerg aici de ani de zile și am dobândit un simț precis al distanței. Știu fiecare denivelare în parte, așa că e locul perfect în care să-mi dau seama de viteza cu care alerg. Problema este că e destul trafic în zonă, uneori apar și mulți trecători, iar aerul nu e prea curat, dar se află în inima Tokyo-ului, așa că nu pot să mă plâng. Să mă consider norocos că am unde să alerg în apropierea casei.

O tură în jurul Jingu Gaien are 1325 m și există borne la fiecare sută de metri, ceea ce îl face un loc ideal pentru alergat. Dacă vreau să alerg cu o anumită viteză, de cinci minute și jumătate la kilometru sau cinci minute, sau patru minute, acesta este locul pe care îl folosesc. Pe vremea când am început eu să vin aici, Toshihiko Seko era încă activ și folosea tot pista aceasta. Se antrena din răspuțeri pentru Jocurile Olimpice de la Los Angeles. Avea în cap doar medalia strălucitoare de aur. La olimpiada anterioară, de la Moscova, nu participase din cauza boicotului pe motive politice, iar Los Angelesul era ultima lui șansă de a obține medalia. Avea un anumit tragism, pe care i-l puteam citi în ochi în timp ce alerga. Pe atunci și antrenorul Kiyoshi Nakamura era încă bine, sănătos, iar echipa sa de atletism, S&B Foods, formată din niște atleți extrem de talentați, era în culmea gloriei. Cum membrii echipei de la S&B Foods veneau zilnic aici la antrenament, trecând des pe lângă ei, am început firesc să ne știm din vedere. Chiar m-am documentat la un moment dat despre cantonamentul lor în Okinawa.

Dis-de-dimineață, înainte să plece la serviciu, ieșeau fiecare la jogging, iar după-amiaza, echipa se întrunea pentru antrenament. Demult, când ieșeam și eu la jogging în fiecare dimineață înainte de șapte (oră la care era puțin trafic, nu erau trecători, iar aerul era relativ curat), mă întâlneam adesea cu membrii echipei și ne salutăm din priviri. În zilele ploioase, schimbam chiar și un zâmbet de compătimire reciprocă. Mi-i amintesc în special pe Tomoyuki Taneguchi și Yutaka Kanai, doi atleți tineri. Ambii aveau către treizeci de ani și erau foști membri ai echipei de atletism a Universității Waseda, participanți activi la cursa de ștafetă din Hakone pe vremea studenției. După ce Seko a preluat postul de antrenor, erau priviți ca două tinere speranțe, așii echipei S&B. Erau de calibrul olimpic. Rezistau la niște antrenamente foarte intense. Dar, în timpul cantonamentului de vară în

Hokkaido, au avut un accident de mașină și au murit amândoi. Eu, care văzusem cu ochii mei ce antrenamente severe făceau, am fost complet șocat când am auzit vestea morții lor. Mi s-a strâns inima, m-a durut sufletul de necaz.

Nu știam nimic personal despre ei. Nu schimbasesem practic prea multe vorbe cu ei. Am aflat că amândoi erau căsătoriți de-abia după ce s-au prăpădit. Dar, ca alergători care se întâlneau adesea pe drum, cred că între noi exista un fel de înțelegere reciprocă. Sunt lucruri pe care doar alergătorii de fond le pot înțelege, oricât de mare ar fi diferența de nivel dintre ei. Asta cred eu.

Chiar și acum, când alerg pe la Jingu Gaien și Palatul Imperial Akasaka, îmi amintesc uneori de ei. Dau un colț și mă aștept să-i văd venind din direcție opusă, scoțând aburi albi pe gură. Și de fiecare dată mă întreb: toate gândurile lor, speranțele, visele și planurile lor după ce au îndurat atâtea antrenamente severe, unde s-au dus ele?

Când ne moare trupul, oare și gândurile noastre dispar într-o clipită, odată cu el?

În preajma casei mele din Kanagawa pot să mă antrenez cu totul altfel decât în Tokyo. După cum spuneam și mai devreme, am în apropiere un circuit în pantă. Și mai există un traseu de alergare care poate fi parcurs în trei ore, perfect pentru antrenamentul de maraton. Cea mai mare parte e plată și se întinde de-a lungul râului și coastei, nu trec mașini și nu sunt nici semafoare. În plus, spre deosebire de Tokyo, și aerul e curat. Să alergi trei ore de unul singur e o treabă plicticoasă, nici vorbă, dar eu ascult muzică și alerg relaxat, pregătindu-mă mental pentru ce mă așteaptă. Singura chestie e că traseul te duce mai întâi până departe, apoi trebuie să te întorci și să o iei înapoi, și odată ce te-ai avântat pe el, nu mai poți să zici că ai obosit și că vrei să te oprești. Târâș-grăpiș, tot trebuie să te întorci până acasă. Dar nu pot spune că nu e un mediu plăcut de antrenament.

Să mai vorbesc totuși și despre scris.

Când mi se ia un interviu în calitate de scriitor, se întâmplă să fiu întrebat care este calitatea cea mai de preț pentru un scriitor. Se înțelege de la sine, calitatea cea mai de preț pentru un scriitor este talentul. Fără talent literar nu ești scriitor, oricât te-ai strădui. Este mai degrabă o precondiție decât o calitate necesară. Fără combustibil, mașina nu merge, oricât de grozavă ar fi ea.

Însă problema cu talentul este faptul că posesorul său nu are control nici asupra calității, nici asupra cantității lui. Poți să vrei să-l sporești dacă îți se pare prea puțin sau să-l drămuiești ca să-ți ajungă mai mult timp, că n-o să reușești. Talentul nu ține cont de asemenea socoteli, ci erupe când vrea el să erupă, iese cât iese, iar când a secat, s-a încheiat capitolul. Există și cazuri, cum ar fi cel al lui Schubert, Mozart sau al unor poeți și cântăreți de rock, în care aceștia își consumă talentul abundent într-o perioadă scurtă de timp, mor în mod dramatic în tinerețe și se transformă în legende frumoase, care sunt fermecătoare, nimic de zis, dar pe care majoritatea dintre noi nu prea putem să le luăm ca model de referință.

La întrebarea ce vine pe locul doi după talent, răspunsul este, fără ezitare, puterea de concentrare. Abilitatea de a-ți aduna propriul talent limitat și de a-l focaliza într-un singur punct. Fără asta nu se poate realiza nimic important. Iar dacă folosești eficient această abilitate, poți să compensezi într-o anumită măsură insuficiența sau inegalitatea talentului tău. De obicei lucrez concentrat în fiecare dimineață câte trei, patru ore. Stau la birou și îmi canalizez toată atenția asupra scrisului. Nu mă gândesc la nimic altceva. Părerea mea e că, dacă (de exemplu) te doare o măsea, poți să ai talent cu carul și mintea plină ochi de idei scriitoricești, că nu mai ești în stare să scrii nimic.

Durerea intensă blochează concentrarea. La asta mă refer când spun că fără putere de concentrare nu se poate realiza nimic.

După concentrare vine rezistența. Chiar dacă reușești să te concentrezi și să lucrezi trei, patru ore pe zi, dacă într-o săptămână ai obosit, nu poți să scrii o operă lungă. Ce se cere din partea unui scriitor – cel puțin unul care plănuiește să scrie romane lungi – e puterea de a se menține concentrat zilnic pe o perioadă de jumătate de an, un an, doi ani. Putem să facem o comparație cu respiratul. Dacă să te concentrezi înseamnă doar să-ți ții respirația, rezistența înseamnă să înveți cum să inspiri și să expiri încet și ușor, în timp ce îți ții respirația. Dacă nu înveți să le echilibrezi cum trebuie, e greu să rezisti multă vreme ca scriitor profesionist. Să continui să respiri ținându-ți respirația.

Din fericire, spre deosebire de talent, aceste abilități (puterea de concentrare și rezistența) se pot dobândi ulterior și se pot perfecționa prin exercițiu. Dacă te așezi zi de zi la birou și exersezi cum să-ți focalizezi atenția într-un singur punct, dobândești în mod natural putere de concentrare și rezistență. Asta seamănă cu ce scriam mai devreme despre educarea mușchilor. Îi transmiți corpului în mod repetat mesajul că ai nevoie să te concentrezi și să lucrezi în fiecare zi, fără întreruperi, iar el va asimila această informație. Apoi împingi în sus limita, puțin câte puțin. Ridici nivelul încet, aproape imperceptibil. Este un proces similar cu acela de a-ți întări mușchii și de a-ți modela conformația de alergător prin jogging zilnic. Aplici un stimul și te menții pe poziție. Apoi, din nou, aplici un stimul și te menții pe poziție. Desigur, îți trebuie multă răbdare. Dar și răsplata e pe măsură.

Genialul autor de cărți polițiste Raymond Chandler a spus în corespondența sa privată că stă neapărat la birou câteva ore pe zi și se concentrează, chiar dacă nu scrie nimic. Eu înțeleg perfect ce urmărea cu asta. Așa își strunea el forța fizică de care avea nevoie și își întărea voința.

Acest antrenament zilnic îi era indispensabil.

Eu unul sunt conștient de faptul că a scrie un roman înseamnă muncă fizică. Scrisul textului în sine e muncă mentală, însă finalizarea unui roman întreg presupune mai mult muncă fizică. Desigur, ca să scrii o carte nu trebuie să ridici greutatea, să alergi cu viteză sau să zbori prin înalțuri. De aceea, majoritatea oamenilor se uită doar la suprafață și văd doar munca mentală, liniștită, la birou.

Au senzația că dacă ai suficientă vlagă în tine cât să ridici ceașca de cafea, atunci poți să scrii și o carte. Dar dacă ar încerca să vadă cum e, ar înțelege imediat că nu e o treabă atât de tihnită. Ca să stai la birou și să-ți concentrezi nervii într-un singur fascicul, ca o rază laser, să-ți pornești imaginația din orizontul nesfârșit, să crezi o poveste, să alegi cu grijă fiecare cuvânt în parte și să menții totul pe făgaș, ai nevoie de mult mai multă energie decât s-ar crede, iar asta pentru o perioadă lungă de timp. Poate că nu-ți miști corpul, dar pe dinăuntru depui o muncă titanică. Sigur, gândești totul cu capul, cu mintea. Însă un scriitor se îmbracă în straiul de „poveste” și gândește cu tot trupul său, iar acest proces îl face să-și folosească toată abilitatea fizică – de multe ori chiar să se suprasolicite.

Scriitorii înzestrați cu talent reușesc să facă asta aproape inconștient. Mai ales când ești tânăr, atâta timp cât ai talent peste un anumit nivel, scrisul romanelor nu e o treabă prea dificilă. Dobori obstacolele cu ușurință. Și asta pentru că tinerețea înseamnă să fii plin de vitalitate. Concentrarea și rezistența apar de la sine atunci când ai nevoie de ele. Nu trebuie să le cauți tu, nu nimic. A fi tânăr și talentat e ca și cum ai avea aripi.

Însă și această naturalețe, de cele mai multe ori, își pierde din prospețime și vitalitate odată cu pierderea tinereții. Lucrurile pe care altădată le făceai lejer, după o anumită vârstă nu mai poți să le faci cu atâta ușurință. La fel cum scade și viteza cu care un lansator aruncă mingea de baseball.

Desigur, maturitatea poate masca declinul talentului. Așa cum de la un anumit punct, lansatorul care se baza pe viteză schimbă cu istețime macazul și începe să trimită mingi cu efect. Dar și aici există o limită. Iar senzația de pierdere te bântuie ca o umbră palidă.

Pe de altă parte, scriitorii care nu sunt atât de înzestrați cu talent – care de-abia dacă ating standardul – trebuie să se descurce singuri încă din tinerețe și să-și clădească forța fizică. Trebuie să-și cultive puterea de concentrare, să-și întărească rezistența prin antrenament și să folosească aceste calități (până la un anumit punct) ca substitut pentru talent. Dar se poate întâmpla ca, în timp ce ei se zbat să supraviețuiască așa, să descopere adevăratul talent ascuns înăuntrul lor. Săpă o groapă cu lopata, nădușind din plin, și dau pe neașteptate de o vână tainică de apă care doarme în străfunduri. Un noroc de zile mari. Dar și acest noroc a fost posibil doar pentru că au avut forța să sape acea groapă, forță pe care au dobândit-o prin antrenament. Cred că toți scriitorii al căror talent a înflorit de-abia târziu în viață au urmat un proces mai mult sau mai puțin similar cu acesta.

Desigur, există pe lume și oameni – o mână de oameni – binecuvântați cu un talent colosal, care nu se ofilește niciodată, iar calitatea operelor lor nu scade. Au un filon pe care îl exploatează în voie și care nu secătuieste nicicând. Pentru literatură, acesta e un lucru demn de toată lauda. Fără existența unor asemenea coloși, istoria literaturii nu s-ar fi putut făli cu numele celebre cu care se laudă acum, mai precis cu nume ca Shakespeare, Balzac sau Dickens. Însă coloșii rămân coloși – creaturi de legendă, de excepție. Majoritatea scriitorilor, care nu se încadrează în această categorie (printre care și eu, evident), trebuie să compenseze insuficiența talentului

prin muncă și efort. Altfel ar fi imposibil să continue o perioadă îndelungată să scrie cărți cât de cât de valoare. Iar metoda adoptată sau direcția pe care o apucă pentru a se întregi pe sine însuși reprezintă individualitatea fiecărui scriitor, farmecul său aparte.

Despre mine aș putea să vă spun că majoritatea lucrurilor pe care le știu despre scris le-am învățat alergând în fiecare dimineață. În mod firesc, fizic, practic. Cât să mă forțez? Câtă odihnă e normală și câtă e prea multă? Unde se termină consecvența rezonabilă și de unde începe îngustimea în gândire? Câtă atenție să acord peisajului exterior și cât să mă concentrez asupra interiorului? Cât să mă încred în abilitățile mele și cât să mă îndoiesc de mine? Ceva îmi spune că, dacă nu m-aș fi apucat de alergat atunci când am început să scriu, cărțile mele ar fi arătat cu totul altfel. Cum ar fi diferit, în mod concret? Asta nu știu, dar ceva sigur ar fi fost complet schimbat.

În orice caz, mă bucur că m-am ținut până acum de alergat. De ce? Pentru că ceea ce scriu eu acum îmi place și mie. Pentru că de-abia aștept să văd cum va arăta următoarea mea carte. Consider că pe una din realizările mele faptul că pot să simt așa ceva deși sunt un om imperfect, un scriitor limitat care duce o viață banală și plină de contradicții. Poate că exagerez un pic, dar l-aș numi chiar un miracol. Iar dacă alergarea zilnică mă ajută îți vreun fel în acest sens, atunci îi sunt extrem de recunoscător.

Unii oameni îi iau în râs pe cei care alergă constant, remarcând câte sunt ei dispuși să facă pentru a-și prelungi viața. Dar eu unul cred că nu sunt numeroși cei care alergă cu scopul de a trăi mai mult. Sunt convins că pe majoritatea nu-i interesează cât trăiesc, ci să-și trăiască viața din plin. Mi se pare firesc să preferi să ai zece ani activi, cu un țel anume, decât zece ani plini de apatie, iar alergatul ajută realmente la asta. A-ți consuma energia cât de cât mai eficient, în limitele tale proprii – aceasta este adevărata natură a alergării și, în același timp, o metaforă pentru viață (în cazul meu, pentru scris). Sunt convins că mulți alergători vor fi de acord cu mine.

Mă duc la o sală de sport din apropierea biroului meu din Tokyo și fac ședințe de stretching. E vorba de un exercițiu prin care antrenorul te ajută să-ți destinzi mușchii pe care nu-i poți întinde singur cum trebuie. Din cauza antrenamentelor lungi și dure, am toți mușchii din corp încordați și, fără astfel de exerciții, risc să clachez chiar înainte de cursă. E important să-ți împingi corpul până la limită, dar dacă depășești limita, nu-ți faci decât rău.

La aceste exerciții mă ajută o fată tânără, dar surprinzător de puternică. Forța cu care mă apasă îmi provoacă ceva durere – o durere acută chiar.

După o jumătate de oră de stretching sunt learcă de transpirație până la chiloți. „La cât de înțepenit sunteți, mă mir că nu aveți crampe musculare”, îmi spune ea impresionată. „Altul în locul dumneavoastră ar fi pățit ceva până acum. Nu-mi vine să cred că puteți să funcționați în starea asta.”

Fata mă avertizează că, dacă îmi mai solicit mușchii așa multă vreme, la un moment dat mă voi accidenta. Poate că are dreptate. Dar eu unul cred – sau sper – că pot să fac față, pentru că îmi țin mușchii la limită de foarte multă vreme. Când mă concentrez asupra antrenamentului, mușchii mi se

întăresc zdravăn. Dimineața, când îi pun pantofii de jogging și ies la alergat, am picioarele atât de greoaie, încât aș zice că n-o să le mai pun în veci în mișcare. Încep să alerg cu dificultate, parcă târându-mi picioarele după mine. Nici măcar nu sunt în stare să țin pasul cu bătrânelele din cartier, care se plimbă vioi. Dar, după o vreme, mușchii mi se destind și în vreo douăzeci de minute reușesc să alerg normal. Apoi prind viteză.

Mai departe alerg mecanic, fără nici o problemă.

Cu alte cuvinte, tipul de mușchi pe care îi am eu au nevoie de un pic de timp până intră în funcțiune. Au un start întârziat. În schimb, odată ce s-au încălzit, funcționează mult și bine. Aș putea să spun că sunt mușchi tipici „de cursă lungă”. De aceea nu se pretează deloc bine la distanțe mici.

La un cros scurt, până își pornesc ei motorul, cursa s-a și terminat. Nu am cunoștințe de specialitate despre caracteristicile acestui tip de mușchi, dar presupun că așa sunt din naștere. În plus, ceva îmi spune că felul lor de a fi e strâns legat de felul meu de a fi. Să însemne asta că mintea unui om e influențată de trăsăturile corpului său? Sau invers, că trăsăturile minții sale își pun amprenta asupra felului în care e clădit trupul? Sau mintea și corpul se influențează reciproc și operează una asupra celeilalte? Ce pot să spun e că ne naștem cu anumite tendințe generale, de care ne e imposibil să scăpăm indiferent dacă ne convin sau nu.

Într-o anumită măsură, ele sunt ajustabile, dar șablonul în sine nu se poate modifica. Asta e ceea ce numim noi natură umană.

Pulsul meu este de doar cincizeci de bătăi pe minut. E destul de lent (am auzit că al lui Naoko Takahashi, câștigătoarea medaliei de aur la Sydney, e de treizeci). Dar, după o jumătate de oră de alergat, urcă până aproape de șaptezeci, iar dacă iuțesc pasul cât pot, ajunge pe la o sută. Deci doar alergând îl pot aduce la o valoare care pentru alți oameni e normală. Asta înseamnă foarte clar că am o constituție care se pretează la cursă lungă.

Pulsul meu a scăzut vizibil după ce m-am apucat de alergat, deci corpul l-a reglat pentru a se ajusta la alergarea pe distanțe mari. Dacă ar fi fost rapid de la bun început, ar fi crescut și mai mult în timpul alergării și mi-ar fi cedat inima. În State, când mergi la spital, mai întâi ți se face un fel de preexaminare care presupune și măsurarea pulsului. Mie întotdeauna îmi spune asistenta: „Aha, sunteți alergător!” Presupun că toți alergătorii de cursă lungă ajung după un anumit timp să aibă același puls. Când îi vezi alergând prin oraș, îți dai seama imediat care sunt începătorii și care au vechime în domeniu. Cei care respiră scurt și repede sunt începătorii, iar cei care respiră calm și regulat sunt cei experimentați. Inimile lor măsoară timpul încet, căzute pe gânduri. Când trecem unii pe lângă alții, ne auzim ritmul respirației și simțim cum celălalt măsoară timpul. Așa cum scriitorii își percep reciproc stilul.

În orice caz, în momentul de față mușchii mei sunt extrem de încordați. Oricâte exerciții aș face singur, nu se destind. E adevărat că sunt în perioada de antrenament maxim, dar chiar și așa, sunt prea încordați. Uneori trebuie să iau un băț și să mă lovesc cu putere peste zonele încordate ca să le mai

relaxează (doare, evident). Mușchii mei sunt ca mine de încăpățânați, dacă nu și mai mult.

Rețin și îndură. Chiar fac progrese, într-o anumită măsură. Dar compromisuri nu fac. Nu lasă de la ei deloc. Însă, la urma urmei, acesta este corpul meu. Corpul meu, cu limitele și apucăturile lui.

Nu am altul de schimb, cum nu am altă față sau alt talent, așa că trebuie să mă descurc cu el așa cum e, chiar dacă mai sunt și lucruri care nu mi convin. Pe măsură ce îmbătrânești, pe acestea le accepți de la sine. Așa cum te înveți să încropești ceva rapid și bun de mâncare doar cu ce mai ai prin frigider. Poți să ai doar mere, ceapă, brânză și prune în saramură, că nu te plângi. Te descurci cu ce ai. Ești recunoscător că le ai și pe ele. Acesta este unul din puținele avantaje ale îmbătrânirii.

Alerg din nou prin Tokyo după multă vreme. E septembrie și încă e zăpușeală. Arșița stăruitoare a verii are o asprime cu totul aparte. Alerg în tăcere, learcă tot de transpirație. Simt cum mi se îmbibă șapca de sudoare și văd cum curg apele pe mine. O văd în umbra proiectată pe asfalt. Broboanele de transpirație cad pe jos și se evaporă instantaneu.

Alergătorii din lumea întreagă poartă pe chip aceeași expresie. Toți par să se gândească la ceva în timp ce aleargă. Poate că de fapt nu se gândesc la nimic, dar așa arată cu toții, preocupați. E incredibil că sunt în stare să alerge pe o așezată căldură, dar dacă stau să mă gândesc, și eu fac exact același lucru.

Parcurgând pista de la Jingu Gaien, mă acostează o trecătoare. E o cititoare de-a mea. Nu mi se întâmplă des să fiu oprit pe stradă, dar se mai întâmplă. Mă opresc și schimbăm câteva cuvinte.

„Vă citesc de mai bine de douăzeci de ani”, îmi spune ea. A început în adolescență, iar acum se apropie de patruzeci de ani. Toți îmbătrânim în mod egal. „Mulțumesc”, îi răspund eu. Zâmbim, dăm mâna și ne despărțim. Cred că aveam mâna transpirată. Eu îmi reiau alergarea, iar ea își vede mai departe de drum – încotro, nu știu. Alerg și eu tot înainte, către destinația mea. Destinația mea? New York, desigur!

Capitolul 5

3 noiembrie 2005

Cambridge, Massachusetts.

Dacă aș fi avut pe atunci părul lung, prins în coadă în zona Bostonului există în fiecare vară câteva zile atât de nesuferite, că îți vine să blestemi tot.

Dar dacă reușești să treci peste ele, restul nu e deloc rău. Oamenii înstăriți fug de căldură prin Vermont sau Cape Cod, ceea ce face ca orașul să fie liber și plăcut. Pomii îmbracă aleea de-a lungul râului într-o umbră răcoroasă, iar pe suprafața orbitoare a apei se văd ambarcațiunile cu care studenții de la Harvard sau BU (Boston University) au ieșit la antrenament. Fetele și-au întins prosoapele de plajă pe iarba și stau tolănite la soare în niște costume de baie care nu ascund prea multe, ascultând muzică la walkman sau iPod.

Vânzătorul de înghețată a oprit mașina și și-a aranjat taraba. Cineva cântă la chitară un cântec vechi de Neil Young. Un câine lăptos aleargă după

un frisbee, cu ochii lipiți de el. Un psihiatru democrat (probabil) într-un Saab decapotabil roșu-cafeniu trece pe șoseaua care merge paralel cu râul, străpungând vântul înserării.

Dar iată că toamna de New England, scurtă și frumoasă, începe să-și intre șovăitor în drepturi.

Încet-încet, verdele aprins și apăsător care ne împresura până mai acum lasă loc unui galben palid. La vremea când încep să-mi trag pantalonii lungi de trening peste șortul de alergare, frunzele veștejite dansează în bătaia vântului, iar împrejur răsună ecoul ghindelor care cad pe asfalt cu un păcănit puternic. La vremea aceasta, veverițele harnice deja aleargă înnebunite, în căutare de provizii pentru iarnă.

Odată ce trece Halloweenul, vine iarna cu pași siguri și tăcuți, ca un perceptor dibace. Pe nesimțite, râul se acoperă cu un strat gros de gheață, iar ambarcațiunile dispar. Dacă vrei, poți să traversezi râul pe jos. Copacii se scutură până la ultima frunză, iar crengile se lovesc una de alta, împinse de vânt, cu un clănțănit sec, ca de oase uscate. Sus, în vârful lor, se văd vizuinile veverițelor care probabil dorm și visează în pace. Gâștele canadiene, frumoase și blânde, vin în stoluri dinspre nord (da, în nord e și mai frig decât aici). Pe râu șuieră un vânt rece și tăios, ca un brici proaspăt ascuțit. Ziua se scurtează și norii devin tot mai groși.

Noi, alergătorii, ne punem mânuși în mâini, ne tragem căciula de lână pe urechi și chiar ne acoperim fața cu o mască, dar vârfurile degetelor tot ne îngheață și lobii urechilor ne înțeapă dureros.

Și încă ar fi bine doar cu vântul. Dacă îți pui mintea să-i rezști, reușești tu cumva. Ucigătoare e zăpada. Nămeții așternuți se preschimbă peste noapte în niște movile de gheață lunecoasă care umplu tot drumul. Atunci noi renunțăm la alergat și, ca să ne menținem în formă, înotăm în bazine acoperite sau pedalăm la bicicletele acelea jalnice, în așteptarea primăverii.

Râul despre care vorbesc este râul Charles. Oamenii își duc traiul de-a lungul lui, fiecare cu modul lui de viață. Vin aici să-și dezmorească picioarele, să-și plimbe câinii, să meargă cu bicicleta, să facă jogging sau să se distreze cu rolele (ce poate fi distractiv la ceva atât de înfricoșător, nu pot să pricep nici în ruptul capului). Se adună pe malurile râului, ca atrași de un magnet.

Cred că unul dintre cele mai importante lucruri pentru oameni este să vadă zilnic foarte multă apă. Poate că exagerez puțin băgând pe toată lumea în aceeași oală, dar în orice caz, pentru mine unul pare să fie un lucru foarte important. Dacă trece multă vreme fără să văd apă, am senzația că încep, treptat-treptat, să pierd ceva. E ceva mai mult sau mai puțin similar cu ceea ce simte un meloman atunci când conjunctura îl împiedică multă vreme să asculte muzică. Poate că asta are întru câtva de-a face și cu faptul că m-am născut și am crescut în apropierea mării.

Suprafața apei se schimbă subtil de la o zi la alta.

Culoarea, forma valurilor și viteza cu care curge se modifică ușor. Noul anotimp aduce o nouă înfățișare plantelor și animalelor care trăiesc în jurul

râului. Nori în fel și fel de forme și mărimi vin și pleacă, iar apele scaldate în razele soarelui reflectă mai clar sau mai șters aceste forme albe trecătoare.

Direcția vântului se schimbă odată cu anotimpul, de parcă cineva ar răsuci un comutator. Noi percepem cu claritate fiecare stadiu al acestei schimbări din felul în care îl simțim pe piele, din mirosul și direcția lui. În mijlocul acestui flux, îmi dau seama că eu nu sunt decât o piesă minusculă în uriașul mozaic al naturii. Nu sunt decât unul dintre elementele înlocuibile ale naturii, ca apele râului care curg pe sub pod, îndreptându-se către mare.

În martie, când în sfârșit se topește zăpada, se zvântă și zloata care rămâne în urma ei, iar oamenii își leapădă paltoanele și apar pe malurile râului Charles (cireșii de aici încep să înflorească mult mai târziu, de-abia în mai). Iar când totul e pregătit și pus la punct, vine și maratonul din Boston.

Acum e de-abia începutul lui octombrie. A început să-mi fie prea frig să mai alerg în maiou, dar e prea devreme să trec la bluză cu mânecă lungă.

Până la cursa din New York mai e o lună și un pic.

În curând trebuie să reduc kilometrajul și să scap de oboseala acumulată până acum. E perioada de tapering (reducere treptată), după cum se spune în engleză. De acum încolo, oricât m-aș antrena, nu mai ajută la competiție. Din contră, risc să fac vreo întindere.

Revăzându-mi însemnările, îmi dau seama că m-am pregătit într-un ritm chiar bunicel.

Iunie 260 km.

Iulie 310 km.

August 350 km.

Septembrie 300 km.

Distanțele pe care le-am parcurs trasează o piramidă de toată frumusețea. Calculând la săptămână, ar ieși 60 km > 70 km > 80 km > 70 km. În octombrie o să alerg exact cât în iunie (60 km pe săptămână).

Mi-am cumpărat și o pereche nouă de pantofi pentru alergare, marca Mizuno. Am fost la City Sports în Cambridge și am probat tot felul de pantofi de la tot felul de firme și până la urmă am ales același model pe care l-am folosit și la runda aceasta de antrenamente. Sunt ușori și pernița de la călcâi, din interior, e tare. Ca de obicei, nu au nimic să te îmbie. Dar eu am încredere în această marcă de pantofi, pentru că nu au zorzoane bizare.

Sigur, asta e părerea mea personală. Fiecare cu preferințele lui. Acum ceva vreme am avut ocazia să discut puțin cu un reprezentant de vânzări de la Mizuno, care mi-a mărturisit că: „Pantofii noștri sunt foarte simpli și nu-ți atrag privirea. Avem încredere în calitatea lor, dar atrăgători nu prea sunt.” Înțeleg foarte bine ce a vrut să spună. Nu sunt încărcăți cu invenții năstrușnice de ultimă oră, nu prea sunt în pas cu moda și nici nu au vreun slogan strident. De aceea nu prea au căutare în rândul consumatorilor obișnuiți (în termeni automobilistici, s-ar compara cu un Subaru). Dar talpa lor aderă cum trebuie la drum. Din experiența mea, sunt niște parteneri de încredere care să te însoțească pe parcursul a 42 de kilometri. Calitatea pantofilor a crescut mult în ultima vreme și cei dintr-o anumită categorie de

preț sunt toți cam la fel, indiferent de marcă. Și totuși, unii au ceva aparte, iar un alergător știe să aprecieze din plin asemenea lucruri.

Am să port noii pantofi toată luna care a mai rămas până la competiție, ca să mă obișnuiesc cu ei.

Fiindcă n-am scăpat încă de oboseala acumulată în perioada lungă de antrenament, nu prea prind nici viteză. Alerg dimineața pe malul râului Charles în ritmul meu și văd cum mă depășesc pe rând boboacele de la Harvard. Sunt micuțe de statură, zvelte, îmbrăcate în tricouri bordo cu logoul facultății, cu părul blond prins în coadă la spate și se avântă ca săgeata ascultând muzică la iPod-urile lor nou-nouțe. Au ceva agresiv și sfidător în ele.

Sunt obișnuite să-i depășească pe alții, nu să fie depășite. Par strălucite, sănătoase, fermecătoare, serioase și pline de încredere în sine. De cele mai multe ori, stilul în care aleargă nu se pretează la distanțe mari. E tipic pentru distanțe medii. Au pasul mare și lovesc pământul cu putere. Nici nu le-ar trece prin cap să alerge relaxat, admirând peisajul.

Nu e un lucru cu care să mă mândresc, dar în comparație cu ele, eu unul sunt foarte obișnuit cu înfrângerea. Există pe lumea aceasta nenumărate lucruri care mă depășesc și nenumărați adversari pe care nu-i pot învinge nicicum. Dar poate că ele încă n-au gustat durerea aceasta. Și poate că nici nu trebuie să o guste de pe acum. Stau și mă gândesc la asta privindu-le cozile care le flutură cu mândrie și picioarele zvelte și războinice. Și alerg în voie de-a lungul râului, menținând ritmul meu lejer.

Să fi existat pe vremuri și în viața mea asemenea zile scânteietoare? Măcar câteva tot or fi fost.

Dar cred că și dacă aș fi avut pe atunci părul lung, prins în coadă, tot n-ar fi fluturat cu atâta mândrie cum le flutură lor cozile. Picioarele mele nu ar fi izbit pământul cu atâta putere. Dar e de așteptat.

Doar ele sunt proaspete studente la excepționala Universitate Harvard.

În orice caz, îmi place să le văd cum aleargă.

Mă uit la ele și realizez că lumea trece în mâinile următoarei generații. La urma urmei, e și normal.

De aceea nu mă încercă nici o părere de rău când le văd cum vin din urmă și mă depășesc. Ele au propriul lor ritm, propria lor percepție a timpului.

Eu am propriul meu ritm și propria mea percepție a timpului. Sunt complet diferite și este și natural să fie așa.

Există câțiva oameni cu care mă întâlnesc dimineața cam pe la aceeași oră pe traseul de la marginea râului. O indiancă micuță se plimbă singură.

Pare să aibă în jur de șaiszeci de ani, are un chip rafinat și e mereu foarte dichisită. Ciudat e că - sau poate că nu e ciudat deloc - în fiecare zi e îmbrăcată altfel. Uneori poartă câte un sari elegant, alteori poate să fie îmbrăcată într-o bluză largă de trening cu numele universității. Însă (dacă îmi amintesc eu bine) nu am văzut-o niciodată îmbrăcată de două ori la fel. Una dintre micile mele plăceri când alerg dimineața e să văd cu ce s-a mai îmbrăcat.

O altă persoană cu care mă tot întâlnesc este un bărbat care are fixată pe piciorul drept o proteză mare și neagră. Este caucazian, mare de statură și se plimbă în ritm rapid. Poate că are proteza de pe urma unei accidentări grave. Din câte știu eu, o poartă de patru luni întregi. Ce-o fi pățit la picior? În orice caz, nu pare să-l stingherească, pentru că merge cu o viteză destul de mare. Străbate drumul care se întinde de-a lungul râului într-un pas constant, în tăcere, ascultând muzică la niște căști mari.

Ieri am alergat ascultând Rolling Stones, Beggars Banquet. Acel hoo-hoo funky din fundalul de la Sympathy for the Devil se potrivește perfect la alergat. Alaltăieri am ascultat Reptile al lui Eric Clapton. Ambele sunt ireproșabile. Îmi pătrund în inimă și nu mă satur de ele oricât le-aș asculta.

Mai ales pe al doilea l-am ascultat de nenumărate ori în timpul alergării. Părerea mea personală e că Reptile e albumul perfect de ascultat la un jogging ușor de dimineață. Nu are nimic agresiv sau afectat în el. Ritmul e constant, melodia perfect naturală. Muzica mă captivează, iar picioarele îmi potrivesc pasul după ritmul ei și calcă regulat.

Din când în când aud din spate din spate câte un „stânga!” {On your left!}, amestecându-se cu muzica din căști și imediat prin stânga mea trece șuierând câte o bicicletă de curse.

În timp ce alerg, îmi vin în minte și alte gânduri legate de scris.

Uneori lumea mă întreabă: „Dacă duceți o viață atât de sănătoasă, nu o să ajungeți la un moment dat să nu mai puteți scrie?” În America nu prea aud asta, dar în Japonia sunt foarte mulți oameni care gândesc așa. Ei cred că scrisul este o îndeletnicire nesănătoasă și că scriitorii trebuie neapărat să ducă o viață cât mai anormală, departe de tot ce înseamnă ordine și moralitate. S-a înrădăcinat ideea că în acest mod scriitorul poate să se desprindă de tot ce e lumesc și să tindă către o anumită puritate plină de valoare artistică. Acest semn de egalitate între artist și modul nesănătos (decadent) de viață a apărut treptat, pe parcursul unei perioade lungi de timp. În filme și seriale figurează des acest stereotip – sau „tip legendar”, ca să-i dau o conotație pozitivă – de scriitor.

În esență, sunt de acord cu afirmația că scrisul este o activitate nesănătoasă. Când scriem un roman, când creăm o poveste prin intermediul textului, un fel de toxină care există în adâncul ființei umane este eliberată și scoasă la suprafață. Scriitorii sunt nevoiți să se confrunte cu această toxină și să îi facă față cu dibăcie, conștienți de pericolul la care se expun. Pentru că altfel, în lipsa ei, nu ar putea exista munca de creație, în adevăratul sens al cuvântului (vă rog să-mi scuzați metafora stranie, dar e așa cum partea otrăvitoare a unui pește fugu e și cea mai gustoasă). Oricum aș lua-o, nu o pot numi o îndeletnicire „sănătoasă”.

Pe scurt, activitatea artistică cuprinde în esență elemente nesănătoase și antisociale. Singur recunosc asta. Tocmai de aceea nu puțini sunt scriitorii (artiștii) care adoptă un stil de viață decadent sau se învâluie într-o mantie antisocială. Pot să înțeleg acest lucru. Adică în nici un caz nu blamez această atitudine.

Dar eu cred că aceia dintre noi care speră să aibă o carieră lungă de scriitor trebuie să-și construiască singuri un sistem imunitar care să reziste în fața acestei toxine periculoase (uneori chiar letale) dinăuntru nostru. În felul acesta putem să înfruntăm bine și eficient niște toxine și mai periculoase.

Cu alte cuvinte, putem să creăm povești și mai puternice. Iar ca să ne consolidăm acest sistem autoimunitar și să-l menținem în funcțiune un timp îndelungat, avem nevoie de o energie considerabilă, pe care trebuie să o obținem de undeva.

Și de unde altundeva să o luăm dacă nu chiar din forța noastră fizică?

Nu vreau să mă înțelegeți greșit. Nu susțin că aceasta este singura cale corectă pe care o poate urma un scriitor. Așa cum există multe tipuri de literatură, așa există și multe tipuri de scriitori.

Iar fiecare scriitor în parte are propria sa viziune asupra vieții. Jonglează cu alte lucruri și țintește în altă direcție. De aceea nu există o singură cale corectă. E de la sine înțeles. Pentru mine unul, întărirea forței fizice este o cerință obligatorie dacă am de gând să creez ceva de proporții. Și sunt convins că merită oricum să o faci (cel puțin e mai bine s-o faci decât să nu). Și știu că e o remarcă banală, dar dacă tot faci ceva, atunci fă-o cum trebuie (sau în unele cazuri, chiar mai bine de atât).

Pentru a putea lucra cu ceva nesănătos, trebuie să fii într-o stare bună de sănătate. Aceasta este convingerea mea. Un spirit nesănătos are nevoie de un trup sănătos. Poate că sună paradoxal, dar este un lucru de care sunt acut conștient de când am intrat în profesia de scriitor. Un lucru sănătos și unul dăunător nu se situează neapărat la poli opuși. Nici nu se află în contradicție unul cu celălalt, ci sunt complementare sau chiar se presupun reciproc. Adesea, cei pe care îi preocupă sănătatea se gândesc doar la ce e benefic, iar cei care tind către un stil de viață nesănătos se gândesc doar la ce e nociv. Dar astfel de înclinații unilaterale nu aduc nimic productiv în viață.

Autorii care scriu în tinerețe opere strălucite, frumoase și pline de vigoare dau semne avansate de oboseală odată ce trec de o anumită vârstă.

„Extenuare literară” ar fi expresia care descrie cel mai bine acest gen aparte de epuizare. Poate că ce scriu ei e încă frumos, iar acea istoveală are șarmul ei, dar tuturor le este clar că energia creatoare s-a dus. Presupun că acesta este rezultatul faptului că tăria lor fizică dispare, doborâtă de toxina care îi atacă. Vitalitatea lor, care până atunci reușea în mod natural să țină în frâu toxina, atinge un nivel maxim, apoi eficiența cu care apără sistemul imunitar slăbește treptat. Ajunși în acest punct, e greu să-și mai păstreze acea creativitate independentă de până atunci. Echilibrul dintre imaginație și vigoarea fizică ce o susținea e distrus. Tot ce pot face mai departe e să pună la bătaie tehnicile și metodele pe care și le-au cultivat de-a lungul timpului și să se folosească de căldura reziduală care le-a mai rămas ca să-și modeleze operele. Cu blândețe fie spus, acesta nu are cum să fie un trai prea fericit. Unii scriitori ajunși aici își pun capăt zilelor.

Alții renunță la scris și pornesc pe alt drum.

Eu unul, dacă pot, aş vrea să evit această „extenuare literară”. În viziunea mea, literatura este ' ceva mult mai spontan şi mai închegat. Trebuie neapărat să emane o energie naturală pozitivă.

; Pentru mine, scrisul înseamnă să dai piept cu munţi prăpăstioşi, să escaladezi pereţi de stâncă şi, după o luptă lungă şi grea, să cucereşti vârful. Pierzi sau învingi, acestea sunt singurele opţiuni.

Aceasta este imaginea mentală pe care o păstrez mereu atunci când scriu un roman.

Se înţelege de la sine că la un moment dat mai şi pierzi. Odată cu trecerea timpului, corpul cedează în mod inevitabil. Mai devreme sau mai târziu, e răpus şi pierde, iar dacă se năruie corpul, sufletul nu mai are (probabil) unde se duce. Sunt perfect conştient de asta. Inşă aş vrea să mai amân măcar puţin acest moment – momentul în care corpul mi-e învins de toxină. Aceasta este ţinta mea ca scriitor.

Deocamdată nici nu am timp să fiu epuizat. Tocmai de aceea continuu să alerg, chiar dacă lumea spune despre mine: „Asta nu-i artist!”

Pe 6 octombrie am o şedinţă de lectură la MIT (Massachusetts Institute of Technology), şi pentru că asta înseamnă să vorbesc în public, astăzi îmi exersez discursul în timp ce alerg (evident, nu cu voce tare). În astfel de cazuri nu mai ascult muzică, ci vorbesc în gând în engleză.

Când sunt în Japonia, nu am des ocazia să vorbesc în public. Nu particip nici la conferinţe.

Inşă în engleză am ţinut discursuri de vreo câteva ori şi am s-o mai fac şi de acum încolo dacă mi se oferă ocazia. E ciudat, dar când trebuie să vorbesc în public, îmi vine mult mai uşor s-o fac în engleză (aşa imperfectă cum e ea) decât în japoneză. Asta poate din cauză că, atunci când vreau să spun ceva serios, simt cum mă pierd în marea de cuvinte. Am opţiuni infinite, posibilităţi nelimitate.

Ca scriitor, sunt mult prea fixat pe limba mea maternă şi de aceea, când sunt pus în situaţia de a mă adresa în japoneză unei audienţe numeroase, imensa mare de cuvinte mă debusolează şi mă frustrează.

Cu japoneza, prefer să mă limitez la meseria mea dj a sta la birou şi a scrie. Pe terenul familiar al scrisului, prind în voie cuvintele şi contextele şi le dau formă – la urma urmei, asta e meseria mea.

Dar dacă e vorba să iau aceste cuvinte şi să le dau glas în faţa unui auditoriu, am senzaţia clară că îşi pierd ceva (ceva important). E o discrepanţă cu care nu prea pot să mă împac. Pe de altă parte, trebuie să recunosc şi că nu-mi place când sunt abordat pe stradă şi motivul principal pentru care nu mă arăt în lume este că nu vreau să devin o figură publică.

Dar atunci când e vorba să mă exprim într-o limbă străină, posibilităţile şi opţiunile mele lingvistice fiind automat limitate (îmi place să citesc în engleză, dar conversaţia nu e punctul meu forte), pot să fac faţă cu uşurinţă situaţiei. Îmi spun că n-am ce face, doar e o limbă străină, nu? Asta a fost o descoperire foarte interesantă. Sigur, îmi ia mult timp să mă pregătesc. Când am de ţinut o t prelegere, înainte să mă urc pe podium, trebuie să memorez un discurs de treizeci-patruzeci de minute în engleză. Nu pot să creez o

atmosferă dinamică dacă stau și citesc de pe hârtie. Trebuie să aleg cuvinte ușor de înțeles și să strecor și câteva glumițe ca să fac publicul să se simtă relaxat.

Încerc să-i las să vadă ce fel de personalitate am.

Dacă vreau să mă asculte, trebuie să-i atrag de partea mea, fie doar și temporar. Pentru asta fac exerciții repetate de vorbire. E o treabă care cere timp. Dar am și satisfacția de a mă confrunta cu o nouă provocare.

Alergarea se pretează bine la memorat discursuri, înșir cuvintele ordonat în minte, timp în care îmi mișc picioarele aproape inconștient. Le cumpănesc ritmul și încerc să apreciez cum vor rezona. Având mintea în cu totul altă parte, reușesc să alerg multă vreme menținând o viteză naturală, neforțată. Doar că, vorbind în gând, mi se mai întâmplă să-mi apară pe chip diverse expresii sau să-mi scape tot felul de gesturi și îmi dau seama că cei pe lângă care trec îmi aruncă priviri ciudate.

Astăzi, în timp ce alergam, am găsit o găscă mare și grăsană moartă în apropierea râului. Am văzut și o veveriță moartă la rădăcina unui copac.

Ambele păreau cufundate într-un somn adânc. Din expresia lor se vedea că pur și simplu își acceptaseră finalul cu seninătate. Păreau eliberate. În apropierea pontonului, un boschetar murdar cu zece straturi de haine pe el cânta în gura mare America the Beautiful, împingând un cărucior de cumpărături. Trecând pe lângă el, nu am putut să-mi dau seama dacă intona cântecul din inimă, fără rezerve, sau dacă era doar sarcastic.

În orice caz, am întors o nouă filă în calendar – octombrie. Uite-așa o să mai zboare încă o lună.

Iar anotimpul geros stă la pândă după colț.

Capitolul 6

23 iunie 1996

Lacul Saroma, Hokkaido.

Nimeni nu mai bătea cu pumnul în masă, nimeni nu mai dădea cu paharul de pământ.

Ați alergat vreodată 100 de kilometri într-o singură zi? Majoritatea covârșitoare a oamenilor (sau poate că ar trebui să spun a oamenilor întregi la minte) nu au trecut printr-o asemenea experiență.

Un om normal și sănătos nu ar face o asemenea prostie. Eu am făcut-o o singură dată. Am alergat de dimineața până seara și am finalizat o cursă de

100 de kilometri. A fost complet epuizantă, desigur, și m-a lecut de alergat o vreme. Nu am de gând să mai fac niciodată așa ceva, dar nu știe nimeni ce ne rezervă viitorul. Poate că o să uit lecția învățată și-o să vină ziua în care să accept din nou provocarea unui ultramaraton. Nu știi ce-ți aduce ziua de mâine până nu trece ziua de azi.

Și totuși, dacă mă gândesc acum la cursa aceea, realizez că a avut o semnificație profiindă pentru mine, ca alergător. Nu știu ce semnificație generală poate avea să alergi de unul singur 100 de kilometri, dar ca activitate care deviază puternic de la cotidian, însă nu încalcă valorile umane fiindamentale, îți aduce cu siguranță un fel de cunoaștere aparte. Aduagă câteva elemente noi la felul în care te vezi pe tine însuși. Prin urmare, peisajul

vieții tale poate să-și schimbe coloritul și forma. Mai mult sau mai puțin. De bine, de rău. Iar eu unul am trecut printr-o astfel de transformare.

În continuare urmează niște impresii schițate de mine la câteva zile după cursă, „cât să nu uit”, și revizuite de curând. Recitindu-le după zece ani, mi-am reamintit cu claritate ce gândeam și ce simțeam în timp ce alergam atunci. Poate veți înțelege și dumneavoastră ce a lăsat în mine cursa aceea atât de dură – lucruri care te bucură și lucruri care nu prea au cum să te încânte. Sau poate veți spune doar că nu puteți să pricepeți așa ceva.

Ultramaratonul de 100 de kilometri de la lacul Saroma se ține în iunie, în fiecare an, în Hokkaido, unde nu există anotimp ploios. Începutul verii în Hokkaido e o perioadă foarte plăcută, dar în regiunea de nord, unde se află lacul Saroma, vara adevărată mai are de așteptat. Dimineața devreme, când se dă startul, e foarte frig și trebuie să te îmbraci gros ca să nu îngheți. Pe măsură ce soarele urcă pe cer, te încâlzești încetul cu încetul, iar alergătorii încep să-și lepede hainele una câte una, ca niște insecte care ies din cocon. Mănușile mi le-am ținut în permanență pe mâini și mi-a fost prea frig să alerg în maiou. Dacă ar fi plouat, aș fi înghețat până în măduva oaselor, dar din fericire, deși toată ziua cerul a fost acoperit de nori, până la urmă n-a căzut nici o picătură de ploaie.

Traseul este în jurul lacului Saroma, care are deschidere către Marea Ohoțk. Doar alergând pe acolo îți dai seama de imensitatea acestui lac.

Punctul de plecare este în orașul Yubetsu, aflat pe partea de vest a lacului, iar linia de sosire la est, în orașul Tokoro (actualmente Kitami). Pe partea de final (de la kilometrul 85 la 98) se trece prin Rezervația de Flori Sălbătice Wakka, un parc natural uriaș, îngust și alungit, care dă către mare.

Traseul în sine e foarte frumos – dacă ai putea să admiri priveliștea. Nu se impun restricții rutiere nicăieri pe parcurs, dar nici nu este nevoie, pentru că sunt extrem de puține mașini și chiar mai puțini oameni. Vacile pasc liniștite la marginea drumului și nu manifestă nici un interes față de alergători. Sunt ocupate cu păscutul și nu au timp să le pese de toate apucăturile nebunești ale oamenilor. Pe de altă parte, nici oamenii nu au răgaz să acorde atenție la ce fac vacile. După primii 42 de kilometri, din zece în zece kilometri există puncte de control la care dacă nu ajungi într-o anumită limită de timp, ești descalificat automat. O mulțime de alergători sunt descalificați în fiecare an. E o competiție cu restricții destul de dure. După ce am bătut drumul până în cea mai nordică parte a Japoniei cu scopul de a alerga, nu vreau să mă trezesc descalificat în mijlocul cursei. Orice ar fi, trebuie neapărat să mă încadrez în limita de timp.

Acesta este unul dintre primele ultramaratoane din Japonia, un eveniment organizat cu eficiență și fără probleme de către localnici. O competiție la care mi-a făcut plăcere să alerg.

Despre porțiunea de la start și până la punctul de repaus de la kilometrul 55 nu am mai nimic de povestit. Doar am alergat în tăcere. A fost cam ca o alergare lungă de duminică dimineața. Dacă mențineam un ritm de jogging de 6 minute la kilometru, aș fi încheiat 100 de kilometri în 10 ore și

dacă mai puneam la socoteală și timpul pentru repaus și masă, estimam să termin cursa cam în

11 ore. (Mai târziu aveam să aflu cât de naiv eram.)

La kilometrul 42 există un indicator pe care scrie „Aceasta este distanța unui maraton”. Pe suprafața de beton e trasată o linie albă. Nu exagerez foarte mult când spun că, în momentul în care am călcat peste linia aceea, am simțit un mic fior. Era prima dată când alergam mai mult de

42 de kilometri. Pentru mine, aici era strâmtoarea Gibraltar. De aici ieșeam în ape necunoscute. Nu aveam nici cea mai vagă idee ce mă aștepta mai departe, ce animale neștiute trăiau acolo. Am gustat și eu un pic din spaima pe care trebuie să o fi simțit corăbierii de demult.

După ce am trecut peste acea linie, în apropiere de kilometrul 50, am simțit o ușoară schimbare fizică. Mușchii picioarelor începeau să mi se rigidizeze. Mi-era și foame, și sete. Îmi propusesem să beau puțină apă ori de câte ori întâlneam un stand cu băuturi, chiar dacă nu mi-era sete, însă deshidratarea mă urmărea ca un destin nefericit, ca o regină a nopții cu inima neagră. O ușoară neliniște a început să mi se strecoare în suflet. Dacă nici nu parcursesem încă jumătate din cursă, cum puteam eu să finalizez 100 de kilometri în starea asta?

La punctul de repaus de la kilometrul 55, mi-am schimbat hainele și am luat o masă ușoară, pregătită de soția mea. Pe măsură ce soarele urca pe cer creștea și temperatura, așa că mi-am dat jos pantalonii și mi-am pus un șort nou și alt tricou.

Mi-am schimbat pantofii speciali pentru ultramaraton marca New Balance (vă rog să mă credeți, așa ceva chiar există) măsura 42 cu alții măsura 42 începuseră să mi se umfle picioarele și a trebuit să-mi pun o pereche cu o jumătate de număr mai mare. Cerul rămânea înnorat și nici o rază de soare nu pătrundea prin nori, așa că mi-am dat jos șapca pe care o purtam să mă apere de soare. Șapca avea și rolul de a-mi proteja capul de o eventuală ploaie rece, dar la momentul respectiv nu era nici un semn de ploaie. Nu era nici prea cald, nici prea rece. Condiții meteo ideale pentru o alergare lungă.

Am înghițit două pachete de jeleuri cu vitamine, am băut apă și am mâncat pâine cu unt și câțiva biscuiți. Am făcut atent câteva exerciții de destindere pe iarbă și mi-am dat pe gambe cu spray antiinflamator. M-am spălat pe față, m-am curățat de praf și transpirație și m-am dus la toaletă.

A fost un repaus de vreo zece minute, dar nu am stat jos nici măcar o clipă. Mi-am dat seama că dacă apucam să mă așez, n-aș mai fi fost în stare să mă ridic și să alerg iarăși. Așa că am avut grijă și nu m-am așezat.

— Ești în regulă? Sunt întrebat.

— Da, spun eu simplu. Mai mult de atât n-am putut să răspund.

După ce m-am rehidratat și am făcut exercițiile de relaxare, am pornit-o din nou la drum. Mă așteptau 45 de kilometri de alergare până la linia de sosire. Dar în momentul în care am intrat iarăși în cursă, mi-am dat seama că nu eram în stare să alerg prea bine. Aveam mușchii de la picioare înțepenți ca o bucată veche și tare de gumă de mestecat. Energie mai aveam

suficientă. Respiram regulat, fără probleme. Doar picioarele nu mă ascultau. Eu unul eram nerăbdător să alerg, însă ele aveau cu totul altă atitudine.

Neavând încotro, mi-am lăsat în pace picioarele neascultătoare și am trecut la un stil de alergare centrat pe partea superioară a corpului. Făceam mișcări ample cu brațele, legănându-mi astfel trunchiul și transmitând avântul în partea inferioară a corpului. Folosind acest avânt mă împingeam înainte. (Din pricina acestui lucru, după cursă mi s-au umflat încheieturile mâinilor.) Avansam cu greu, desigur. Cu viteza unui mers rapid. Însă încetul cu încetul, de parcă se dădeau bătute, picioarele mele au început să-și revină, iar eu am putut să alerg din nou aproape normal. Din fericire.

Chiar dacă picioarele își dăduseră drumul, porțiunea de la punctul de repaus de la kilometrul 55 și până la kilometrul 75 a fost un chin. Mă simțeam ca o halcă de carne trecută prin mașina de tocat. Aveam voința să înaintez, dar corpul nu mă asculta. Eram ca o mașină care se opintește la deal cu frâna de mână trasă. Simțeam că o să cedez din clipă în clipă și o să mă desfac în bucăți.

Rămăsesem fără ulei, cu șuruburile slăbite și roți dințate care nu mai călcau bine. Încetinisem brusc și din spate mă depășeau ceilalți alergători unul câte unul. M-a depășit până și o bătrânică de vreo șaptezeci de ani. „Hai, curaj!” m-a îndemnat ea din fugă. Ce naiba să fac? Mai aveam încă 40 de kilometri.

În timp ce alergam au început să mă doară diferite părțile din mine. Coapsa dreaptă m-a chinuit o vreme, apoi durerea s-a mutat în genunchiul drept, de unde a trecut în fesa stângă și tot așa, fiecare parte din mine a preluat microfonul și și-a vociferat durerea. Au urlat, s-au plâns, s-au tânguit și m-au amenințat. Și pentru ele era o experiență nouă să alerge 100 de kilometri, drept pentru care fiecare avea ceva de spus. Perfect de înțeles. Dar toate ca toate, acum n-aveau decât să îndure și să alerge până la capăt. Asemenea lui Danton și Robespierre, care încercau să-și folosească talentele oratorice pentru a-i îndupleca pe revoluționarii radicali care-și fluturau stindardele, plini de nemulțumire, și eu m-am luptat cu fiecare particică din corpul meu. Le-am încurajat, le-am implorat, le-am flatat, le-am certat și le-am incitat.

Nu mai e mult. Vă rog frumos, mai rezistați un pic! Dar dacă stau să mă gândesc, și Danton, și Robespierre au ajuns la ghilotină.

În orice caz, cu chiu, cu vai, am strâns din dinți și am depășit acești 20 de kilometri plini de dureri.

Am răzbătut încercând toate metodele posibile.

„Eu nu sunt om. Sunt o mașinărie pură. Sunt o mașinărie, deci nu trebuie să simt nimic. Merg înainte și atât.”

Asta mi-am spus. Doar asta am gândit și așa am rezistat. Dacă m-aș fi gândit că sunt o ființă umană făcută din carne și sânge, m-aș fi prăbușit de durere în mijlocul drumului. Eram o entitate care exista cu certitudine. Aveam și conștiința unui eu atașat acestei existențe. Dar în acele momente mă străduiam să le văd doar ca pe niște forme pe care le aveam la îndemână. E

un mod de gândire straniu și o senzație stranie, pentru că ceva înzestrat cu conștiință încerca să-și nege conștiința.

Trebuia să mă împing pe cât posibil în direcția anorganicului. Am realizat instinctiv că asta era singura cale să supraviețuiesc.

„Eu nu sunt om. Sunt o mașinărie pură. Sunt o mașinărie, deci nu trebuie să simt nimic. Merg înainte și atât.”

Am repetat în gând aceste cuvinte de nenumărate ori, ca pe o mantră. Mecanic, literă cu literă. Și m-am străduit să îngustez pe cât posibil lumea pe care o percepeam. Vedeam în fața mea la cel mult trei metri, fără să știu ce mă aștepta mai departe. Deocamdată lumea mea se sfârșea trei metri mai în față. Nu era nevoie să mă gândesc la ce urma. Cerul, vântul, iarba, vacile care pășteau, spectatorii, ovațiile, lacul, romanele, realitatea, trecutul, amintirile, toate acestea nu mai aveau nici o legătură cu mine. Să-mi mișc picioarele trei metri mai departe – aceasta era singura rațiune a existenței mele ca ființă umană. Nu, ca mașină.

M-am oprit la standurile cu băuturi plasate din cinci în cinci kilometri să beau apă. De fiecare dată când mă opream încercam să fac niște exerciții de destindere. Aveam mușchii înțepeniți ca o bucată de pâine veche de o săptămână. Parcă nici nu mai erau mușchii mei. La unul din standuri am mâncat și o prună murată în saramură. Până în acel moment nu realizasem cât sunt de delicioase. Sarea și acreala mi s-au răspândit prin gură, relaxându-mi întreg corpul.

Decât să mă forțez să alerg, poate că ar fi fost mai deștept din partea mea să merg. Mulți alergători asta făceau. Își odihneau picioarele mergând.

Dar eu nu am făcut nici măcar un pas în mers.

Am început să iau tot mai multe pauze pentru exercițiile de destindere, dar n-am mers. Nu mă înscriisesem în cursa asta ca să merg. Venisem aici să alerg. Acesta era scopul – unicul scop – pentru care luasem avionul și zburasem până hăt, în nordul Japoniei. Oricât de încet ajungeam să alerg, nu aveam voie să merg. Asta era regula. Dacă îmi încălcăm o dată regula impusă de mine, urma să mai încălc și altele, iar așa mi-ar fi fost aproape imposibil să mai termin cursa.

Trăgând și iar trăgând de mine să rezist, pe la kilometrul 75 am simțit că am străbătut ceva.

Asta e senzația pe care am avut-o. Altă expresie mai bună nu-mi vine în minte. Că trupul meu a străbătut un zid de piatră și s-a materializat în partea cealaltă. Nu-mi amintesc exact când s-a întâmplat asta. Știu doar că m-am trezit dintr-odată pe partea cealaltă și mi-am dat seama că am răzbătut. Nu știu care a fost logica, procesul sau metoda prin care am făcut asta, dar știu că mi-a fost clară realitatea faptului.

După asta n-a mai trebuit să mă gândesc la nimic. Mai exact spus, n-a mai fost nevoie să depun efort conștient să nu mă gândesc la nimic.

Nu trebuia decât să mă las purtat de curent. Dacă mă lăsam în voia lui, o forță mă împingea înainte în mod natural.

Atâtea ore de alergat nu aveau cum să nu mă solicite fizic. Însă, la momentul acela, oboseala nu mai era o problemă majoră pentru mine.

Epuizarea ajunsese să fie starea mea normală. Tribunalul revoluționar al mușchilor mei, care mai devreme fremăta din plin, renunțase să-și mai vocifereze nemulțumirea. Nimeni nu mai bătea cu pumnul în masă, nimeni nu mai dădea cu paharul de pământ. Acceptaseră epuizarea în tăcere, ca pe o necesitate istorică, un fruct al revoluției. Eu eram redus la o existență automată, care își mișca brațele regulat, în față și în spate, și care făcea câte un pas înainte. Nu mă gândeam la nimic. Nu simțeam nimic. La un moment dat am realizat că până și durerea fizică dispăruse cu totul. Sau poate că fusese dosită într-un ungher ferit de priviri, ca o mobilă urâtă de care nu poți să scapi.

După ce am reușit „să străbat” acel ceva, am depășit mulți alergători. După punctul de control de la kilometrul 75 (unde erai descalificat dacă scoteai peste 8 ore și 45 de minute), spre deosebire de mine, majoritatea celorlalți concurenți au încetinit vertiginos, ba chiar au renunțat să mai alerge și au trecut la mers. De acolo și până la linia de final cred că am depășit vreo două sute de oameni.

Cel puțin până la două sute am numărat eu. Eu am fost depășit doar o dată sau de două ori. I-am numărat pe cei pe care îi lăsam în urmă pentru că nu aveam altceva mai bun de făcut. Să fiu copleșit de o epuizare atât de cumplită, epuizare pe care o resimțisem pe toate planurile, și să descopăr că încă mai eram în stare să alerg – nu îmi puteam dori nimic mai mult de la lume.

De vreme ce intrasem pe pilot automat, dacă m-ar fi pus cineva, cred că aș fi fost în stare să alerg peste 100 de kilometri. E ciudat, dar la sfârșit nu mai era doar oboseala fizică. Cine eram, ce făceam, toate aceste lucruri mi se șterseseră din minte. O senzație foarte stranie, pe care eu nu mai eram în stare nici măcar s-o percep ca stranie.

Alergarea în sine trecuse deja în domeniul metafizicului. Mai întâi de toate exista acțiunea, apoi venea existența mea atașată de ea. Alerg, deci exist.

Când alerg un maraton obișnuit, în partea de final nu mă gândesc decât să termin cursa cu bine și să trec linia de final măcar un pic mai repede.

Nu mă mai pot gândi la nimic altceva. Dar de data aceasta nu mi-au trecut nici o secundă prin cap asemenea lucruri. Aveam senzația că finișul nu este decât un stop temporar, care, de fapt, nu are nici o semnificație majoră. La fel și cu viața. Viața nu are sens pentru că are un sfârșit. Vieții i se pune un sfârșit tocmai pentru a-i sublinia semnificația, ca o metaforă indirectă a faptului că e finită. Destul de filosofic. Dar în acele momente nu mi se părea deloc așa. Nu era un gând concret, pe care să-l pun în cuvinte, doar o simțeam fizic, prin tot trupul.

Senzația aceasta s-a accentuat după ce am intrat pe porțiunea finală a cursei. Rezervația de Flori Sălbatică de pe foarte lungă peninsulă. Partea aceasta m-a aruncat într-o stare de alergare contemplativă. Priveliștea către țărm e superbă și se simte mirosul Mării Ohoțk. Se lăsa deja înserarea (startul se dăduse dimineața devreme), iar aeru era de o limpezime aparte. Se

simțea și mirosu pătrunzător al ierbii de vară timpurie. Am zărit și câteva vulpi adunate pe câmp. Îi priveau pe aler gători cu ochi mirați. Cerul era acoperit de nor groși, plini de semnificații, care păreau desprins dintr-un tablou britanic din secolul al XIX-lea. Nic o adiere de vânt. Mulți dintre alergătorii din juru meu doar se îndreptau tăcuți către linia de final.

Acolo, în mijlocul lor, am avut un sentiment tihnit de fericire. Inspiram, expiram. Nu detectam nici o dereglare în respirația mea. Aerul pătrundea în mine foarte lin și apoi ieșea. Inima mea mută se dilata și se contracta, iar și iar, cu o viteză constantă.

Plămânii mei captau conștiincios oxigen proaspăt, ca niște foaie neobosite. Mi i-am imaginat muncind și am reușit chiar să aud sunetele pe care le scoteau. Totul funcționa fără probleme. Oamenii înșiruiți la marginea drumului ne strigau încurajări: „Hai, că mai e puțin!” Vocile lor treceau prin mine ca o boare de vânt. Simțeam cum trec prin lăuntru meu și ajung nestingherite pe partea cealaltă.

Eu sunt eu și totuși nu sunt. Asta e senzația pe care o aveam. O senzație foarte liniștită și calmă.

Mintea nu e chiar atât de importantă, mă gândeam eu. Sigur, e un factor esențial în munca mea ca scriitor. Fără minte nu se nasc poveștile. Inșă eu asta simțeam atunci, că nu e chiar atât de importantă.

În orice caz, când am trecut linia de sosire din Tokoro, m-am bucurat din suflet. Mereu mă bucur să termin o cursă lungă, desigur, dar de data aceasta chiar am fost foarte fericit. Mi-am fluturat în aer brațul drept, cu pumnul strâns. Era ora 4.42 după-amiaza. Trecuseră 11 ore și 42 de minute de când luasem startul.

În sfârșit, după o jumătate de zi, în timp ce în jur se lăsa înserarea, am putut și eu să mă așez, să mă șterg cu prosopul de sudoare, să beau apă pe săturate, să-mi desfac șireturile de la pantofi și să-mi dezmoțesc gâtul. În acest punct m-a cuprins o senzație nouă, nu chiar de mândrie, ci de împlinire.

Bucuria personală, ușurarea că dădusem piept cu ceva riscant și că încă mai aveam în mine puterea să-l depășesc. Poate mai mult ușurare decât bucurie.

Am simțit cum un nod strâns cu putere înăuntru meu începea să se slăbească. Și nici măcar nu observasem că-l aveam în mine.

După cursa de la lacul Saroma, a trebuit să cobor scările încet, ținându-mă de balustradă. Picioarele îmi tremurau și nu erau în stare să-mi susțină bine corpul. Inșă, după câteva zile, și-au revenit din oboseală și am putut din nou să merg pe scări normal. Adevărul e că în toți acești ani, picioarele mi s-au ajustat la alergări pe distanțe mari. Problema a fost, după cum am spus și mai devreme, la mâini.

Ca să compensez oboseala picioarelor, mi-am făcut prea puternic avânt din brațe. A doua zi după cursă, încheietura de la mâna dreaptă a început să mă doară, s-a înroșit și s-a umflat foarte tare.

Alerg maratoane de multă vreme, dar a fost prima dată când, după cursă, am avut probleme la mâini, nu la picioare.

Din tot ce mi-a adus experiența ultramaratonului, cea mai semnificativă a fost nu în plan fizic, ci psihic. Am resimțit un fel de letargie mentală. M-am trezit învăluit într-o peliculă subțire de ceea ce aș putea numi runner's blues (deși, la drept vorbind, senzația în sine nu e albăstrie, ci mai degrabă alb-lăptoasă). După ultramaraton, am pierdut acel entuziasm natural pe care l-am avut mereu față de alergare ca act în sine. E posibil să-și fi spus cuvântul și oboseala fizică din care nu-mi revenisem cum trebuie, dar nu era doar asta. Nu am mai regăsit în mine ca până atunci imboldul pur de a alerga. Nu știu de ce.

Însă era o realitate greu de negat. Se întâmplase ceva cu mine. Leșeam la jogging tot mai rar și alergam pe distanțe din ce în ce mai scurte.

Am continuat însă să particip la câte un maraton pe an. Cred că nici nu mai e cazul să vă spun că eu nu pot să alerg la maraton fără tragere de inimă. Așa că m-am antrenat în mod adecvat și am terminat cursele cum trebuia. Dar totul s-a oprit în zona de „adecvat”. Ceva pusese stăpânire pe mine adânc înăuntrul meu, ceva cu totul străin.

Nu mai era vorba doar de faptul că dorința mea de a alerga scăzuse în intensitate. Pierdusem ceva și, în același timp, ceva nou se născuse în mine.

Iar tot acest proces de transformare mi-a provocat o senzație necunoscută mie până atunci - runner's blues.

Ce anume s-a născut în mine? Nu găsesc cuvântul potrivit să o descriu, dar aduce cu resemnarea.

Exagerând un pic, aș putea spune că finalizarea cursei de 100 de kilometri îmi purtase pașii către un tărâm mai aparte. Felul în care mi s-a golit mintea odată ce epuizarea s-a volatilizat ca din senin după ce am trecut de kilometrul 75 a avut un iz filosofic sau poate chiar religios. Ceva m-a constrâns să fiu mai introspectiv. Și poate că din această cauză mi-am pierdut optimismul simplu, atitudinea relaxată față de alergat.

Sau poate că, de fapt, nu era vorba de nimic atât de complex. Poate că doar mă săturasem să mai alerg și atât. Alergasem prea mult în toți acei ani.

În plus, trecusem de patruzeci și cinci de ani și poate că, în plan fizic, mă confruntam cu inevitabilul zid - vârsta. Mi se demonstra din nou că mi-am depășit apogeul fizic. Poate că ajunsesem la un fel de menopauză bărbătească și resimțeam deprimarea care vine odată cu ea, fără să o conștientizez.

Sau poate că era vorba de un amalgam de factori care creaseră un straniu cocktail de negativism.

Ca persoană în cauză, mi-era greu să analizez totul obiectiv. În orice caz, acestei stări i-am pus numele de runner's blues.

Desigur, faptul că am încheiat cu succes un ultramaraton mi-a adus o bucurie enormă și încredere pe măsură. Încă mă mai bucur că am făcut-o.

Însă am rămas cu aceste sechele de pe urma lui.

După el am cunoscut o lungă perioadă de regres (nu că aș fi avut cine știe ce trecut strălucit). La fiecare maraton, timpul pe care îl scoteam scădea alarmant. Antrenamentele și cursele au ajuns, cu mici diferențe, doar o repetiție a aceluiași ritual.

Nu mă mai emoționau ca înainte. Până și cantitatea de adrenalină pe care o secreta corpul meu în ziua competiției scăzuse cu o gradată. Poate că și din aceste motive am ajuns să mă reorientez către triatlon și am reînceput să merg la sală și să joc squash cu entuziasm. Prin urmare, mi s-a schimbat un pic și stilul de viață. Mi-am dat seama că alergatul nu e totul în viață (lucru, de altfel, evident). Cu alte cuvinte, mai mult sau mai puțin conștient, am pus o oarecare distanță între mine și alergare. Așa cum se întâmplă cu o dragoste care și-a pierdut fiorul nebunesc de început.

Însă acum, în sfârșit, simt cum începe să se disipeze ceața de runner's blues care a pus stăpânire pe mine atâta vreme. Nu s-a împrăștiat încă de tot, dar văd un nou început. Când îmi pun pantofii în picioare să ies la jogging dimineața, percep în mine un freamăt ușor. Aerul se pune în mișcare atât în jurul meu, cât și în mine. E un mic vlăstar pe care trebuie să-l ajut cu mare grijă să crească. Mă întorc către mine și mă concentrez bine ca să nu scap nici un sunet, să nu ratez nici o clipă, să nu-mi pierd direcția.

Acum, după foarte multă vreme, mă antrenez senin în fiecare zi pentru următorul maraton. Deschid un caiet nou, desfac capacul unei noi călimări cu cerneală și încerc să aștern pe hârtie litere noi.

Încă nu pot să explic sistematic cum de am ajuns să simt această deschidere. Poate că, întorcându-mă la Cambridge și la râul Charles, a reînviat în mine ce simțeam pe vremuri. Amintirea zilelor când mă bucuram cu candoare de alergat a revenit odată cu priveliștile pline de nostalgie. Sau poate că totul a fost doar o chestiune de timp. Poate că doar a trebuit să trec printr-o inevitabilă perioadă de ajustare internă, perioadă care de-abia acum se încheie.

Așa cum îmi imaginez că fac majoritatea oamenilor care au profesia de scriitor, și eu mă gândesc la diverse lucruri în timp ce scriu. Nu pun în scris ceea ce gândesc, ci mă gândesc la tot felul de lucruri în timp ce scriu. Scrișul îmi modelează gândurile. Rescriind, mă adâncesc în meditație.

Desigur, mi se întâmplă să nu ajung la nici o concluzie oricâte fraze aș înșira, să nu ajung în punctul urmărit oricât aș revizui. Așa cum se întâmplă și acum, de exemplu. În asemenea momente tot ce pot să fac e să înaintez câteva supoziții sau să-mi parafrazez nelămuririle, una câte una.

Sau să găsesc o analogie de structură între probleme și altceva.

Sincer să fiu, nu prea înțeleg din ce motiv și în ce fel a ajuns să mă năpădească acest runner's blues. Și nici de ce sau cum a început acum să se subțieze și să dispară. Încă nu pot să mi-o explic bine. Sau poate că, la urma urmei, nu e de spus decât un lucru: asta e viața. Și noi n-avem decât s-o acceptăm așa cum e, fără explicații și fără amănunte. Așa cum acceptăm taxele, marea, moartea lui John Lennon sau erorile de la Cupa Mondială.

În orice caz, simt cum în mine s-a sfârșit o perioadă, s-a încheiat un ciclu complet. Alergarea a revenit în viața mea ca o parte indispensabilă, care îmi aduce bucurie. Se fac deja mai bine de patru luni de când alerg din nou constant, în fiecare zi. Nu mai e o repetiție mecanică. Și nici un ritual fix. Corpul meu tânjește să iasă pe stradă și să alerge, așa cum cere fi"ucte

proaspete și zemoase atunci când îi e sete. De-abia aștept să văd cu câtă plăcere o să alerg la New York pe 6 noiembrie și cât de mulțumit o să fiu.

Problema nu sunt timpii. Sigur, nu mai pot să alerg ca pe vremuri, oricât m-aș strădui. E un adevăr pe care sunt pregătit să-l accept. Nu e plăcut, dar asta înseamnă să îmbătrânești. Așa cum eu am rolul meu de îndeplinit, și timpul își are rolul lui. Iar timpul își face treaba mult mai conștiincios și cu mult mai multă precizie decât mine. Doar timpul, de când s-a născut el (oare când?), n-a făcut altceva decât să meargă tot înainte, fără o clipă de repaus. Iar celor care au fost scutiți de o moarte prematură li se dă privilegiul deosebit de a îmbătrâni cu certitudine. Îi așteaptă onoarea de a decădea fizic. N-avem decât să acceptăm această realitate și să ne obișnuim cu ea.

Important nu este să intru în cursă cu timpul.

De acum încolo ce o să conteze pentru mine o să fie dacă pot să termin de alergat cei 42 de kilometri cu mulțumire de sine. O să apreciez și o să mă bucur de lucruri care nu se transpun în cifre.

Și o să caut un alt tip de mândrie.

Nu sunt un tânăr naiv care vrea să doboare recordurile și nici o mașinărie anorganică. Sunt doar un scriitor care încearcă să-și afle limitele și să-și conserve cât mai mult energia și puterea.

Până la maratonul din New York mai e o lună.

Capitolul 7

30 octombrie 2005

Cambridge, Massachusetts.

Toamnă la New York.

După rapida eliminare a echipei Boston Red Sox din preliminarii (nu au câștigat nici măcar o dată în seria de meciuri „Sox vs. Sox” purtate cu Chicago White Sox), ca s-o deplângă parcă, peste New England a căzut o ploaie rece care a ținut mai bine de zece zile. Ploaie lungă, de început de toamnă. Se întetea, mai slăbea, uneori chiar se oprea pe neașteptate, dar nici măcar o dată nu s-a înseninat. Cerul a rămas complet acoperit de norii cenușii și groși, specifici acestei regiuni. Ploaia a tot zăbovit ca un om nehotărât, până ce, într-un final, s-a decis și s-a transformat într-un adevărat potop. Din New Hampshire până în Massachusetts, majoritatea orașelor erau inundate, iar circulația pe șoseaua principală era întreruptă pe alocuri (nu-i consider responsabili pe cei de la Red Sox și pentru asta). Întâmplarea a făcut ca tocmai atunci să am niște treabă la o universitate din Mâine și a trebuit să mă deplasez prin regiunea de nord din New England, așa că tot ce îmi mai amintesc e că am condus încontinuu prin ploaia aceea întunecată. E mereu o plăcere să te plimbi prin zona aceasta – mai puțin în miezul iernii – dar de data asta, din păcate, am avut parte de o călătorie nu tocmai plăcută. Vara trecuse, dar copacii încă nu-și coloraseră frunzișul. Ploua torențial, iar mașina mea închiriată avea o mică problemă la ștergătoare. Am ajuns înapoi la Cambridge la miezul nopții, complet epuizat.

Duminică, pe 9 octombrie, am participat la o cursă dis-de-dimineată și tot mai ploua. E vorba de un semimaraton organizat în fiecare an în această perioadă de BAA. (Boston Athletic Association).

Traseul începe de la arena Roberto Clemente din apropierea stadionului Fenway, continuă pe la lacul Jamaica, cotește la grădina zoologică Franklin și se termină unde a început. Anul acesta au fost

4500 de participanți.

M-am înscris la cursa aceasta ca să-mi servească drept antrenament pentru maratonul din New York. Mi-am folosit cam 80% din forțe și doar pe ultimii trei kilometri am dat tot ce am putut.

Nu e ușor să te abții să depui prea mult efort și să alergi doar „moderat” la o cursă. Când ești înconjurat de atâția alergători, iuțești pasul fără să vrei. E plăcut să alergi odată cu toată lumea, dar ți se și accentuează fără să-ți dai seama spiritul competitiv. Inșă eu l-am ținut în frâu și am alergat relaxat pentru că adevărata mea putere trebuie să o iau cu mine în avion și să o duc până la New York.

Rezultatul: 1'55". Un timp decent, cum de altfel și anticipam. Pe ultimii kilometri am călcat pedala de accelerație, am depășit vreo sută de oameni și am trecut linia de sosire cu destulă energie rămasă.

A fost o zi rece de duminică, în care a căzut o ploaie mărunță ca o ceață de la început până la sfârșit, dar alergând așa, cu numărul de concurs pe tricou, ascultând respirația celorlalți alergători, am simțit din plin că a venit din nou anotimpul curselor. Pompam adrenalină prin tot corpul. De obicei alerg singur, așa că mediul acesta a fost un bun stimul pentru mine. Am reușit să-mi dau seama și cam ce ritm ar trebui să mențin la maraton, în prima jumătate a cursei. Cât despre a doua jumătate, se înțelege de la sine, rămâne de văzut la momentul respectiv.

La un antrenament obișnuit alerg cam jumătate din această distanță, iar de câteva ori am parcurs chiar mai mult de atât, și, prin urmare, pentru mine cursa s-a terminat neașteptat de repede.

Cum, asta a fost tot? Sigur, dacă m-aș fi simțit epuizat la capătul unui semimaraton parcurs cu o viteză moderată, atunci maratonul întreg mi s-ar fi părut un adevărat iad. Alergătorii din jurul meu erau aproape toți caucazieni. Femeile au fost în număr foarte mare. Nu știu de ce, dar alergători minoritari nu prea se văd.

A plouat mult și intermitent, iar între timp a trebuit să plec și într-o scurtă călătorie de afaceri și o vreme nu am putut să mă antrenez cum îmi doream. Dar cum maratonul de la New York se apropie, faptul că nu pot să alerg nu e o problemă prea mare. Din contră, am avantajul de a mă odihni cum trebuie. Știu că trebuie să mă odihnesc pentru a înlătura oboseala, dar încep să mă agit pe măsură ce se apropie cursa și nu mă abțin de la antrenamente. Dar dacă plouă, îmi zic că n-am ce-i face și renunț mai ușor. Asta este partea bună.

Problema e că, deși nu am alergat prea serios, a început să mă doară un genunchi. Așa cum se întâmplă cu majoritatea necazurilor care se abat asupra omului, și durerea mea a apărut din senin, complet neanunțată. În

ziua de 17 octombrie, când am dat să cobor scările blocului, genunchiul drept m-a lăsat dintr-odată. Dacă îl îndoiam într-un anumit unghi, rotula mă dureau într-un mod ciudat.

Nu era doar durere și atât. Dacă stăteam într-o anumită poziție, începeam să simt o oarecare jenă și nu mai puteam să mă las pe el. Așa am aflat și eu ce înseamnă să ai probleme cu genunchiul. A trebuit să mă țin de balustradă ca să cobor scările.

Probabil că oboseala acumulată după o lungă perioadă de antrenamente intense, alături de scăderea bruscă a temperaturii, și-a spus cuvântul.

La începutul lui octombrie căldura verii încă mai stăruia, dar săptămâna de ploaie care a urmat a adus cu rezeziune toamna în New England. Până mai ieri țineam pornit aerul condiționat, iar acum un vânt rece bătea prin oraș, îmbrăcând totul într-un decor de toamnă târzie. Mi-am scos repede puloverele din dulap. Și veverițele care alergau după provizii păreau tare nemulțumite. Corpul meu a început să resimt schimbările bruște de anotimp. În tinerețe nu pățeam așa ceva, dar acum am probleme mai ales când vine frigul însoțit de umezeală.

Pentru un alergător de cursă lungă al cărui tovarăș zilnic e antrenamentul intens, genunchii sunt partea cea mai dureroasă. Se spune că, atunci când alergi, șocul pe care îl resimt genunchii de fiecare dată când picioarele ating pământul e de trei ori cât greutatea ta. Asta se repetă cam de zece mii de ori pe zi. Între suprafața dură de beton și greutatea aceasta nerezonabilă (chiar și cu pantofii cu căptușeală moale care intervin la mijloc), stau genunchii care tac și îndură. Dacă stai să te gândești – și eu unul nu mă gândesc mai deloc la asta – e ciudat să nu apară probleme. Au și ei dreptul lor să se plângă, să spună: „Alergi tu cu pieptul umflat, dar te rugăm să te gândești un pic și la noi, fiindcă odată ce ne-am stricat nu ai cu ce să ne înlocuiești!”

Oare când m-am gândit eu serios ultima dată la genunchi? Încep să mă simt și prost față de ei.

Și au dreptate. Pot să-mi umflu pieptul cu aer de câte ori vreau, dar genunchii nu pot să-i schimb după bunul meu plac. Pe ei o să-i am până la moarte, așa că trebuie să am grijă de ei.

După cum spuneam și mai devreme, din fericire nu am trecut prin accidente majore ca alergător.

Nu mi s-a întâmplat niciodată să mă retrag dintr-o cursă din motive de sănătate. Și nici n-am abandonat vreă cursă. Mi s-a mai întâmplat să mă supere genunchiul drept (mereu dreptul), dar am reușit întotdeauna să-l calmiez și să mențin problema sub control. Și acum ar trebui să fiu totul în regulă.

Așa încerc să gândesc. Dar în seara aceea, când m-am băgat în pat, neliniștea tot nu-mi dădea pace. Ce mă fac dacă tocmai acum nu pot să particip la cursă? Nu am făcut suficiente exerciții de stretching? (Probabil că nu.) Să mă fi forțat pe ultima parte la semimaraton? Toate gândurile astea mă chinuiau și nu mă lăseau să dorm. Afară suiera un vânt puternic și rece.

A doua zi m-am trezit și după ce m-am spălat pe față și mi-am băut cafeaua, am încercat să cobor scările. M-am sprijinit de balustradă și am coborât cu grijă, atent la genunchiul drept. Mi-am dat seama imediat că încă mai aveam o ușoară jenă în interior. Detectam și o urmă de durere, dar nu mai aveam j unghiurile acelea puternice din ajun. Am urcat și coborât scările la loc, de data aceasta cu o viteză aproape normală. Patru etaje în jos, patru în sus. Am încercat să calc în mai multe feluri și să-mi îndoii genunchiul în mai multe unghiuri. N-am auzit nici un scrâșnet de articulații. M-am mai liniștit puțin.

Asta nu are nici o legătură cu alergatul, dar viața mea cotidiană în Cambridge nu e tocmai tihnită. Clădirea în care locuim e în curs de renovare completă și se aud încontinuu bormașini și polizoare. Muncitorii se fâțâie toată ziua prin fața ferestrelor noastre de la etajul patru. Lucrările încep dimineața la șapte și jumătate (când încă nu s-a luminat bine de ziua) și continuă până la trei și jumătate. La balconul de la etajul de deasupra au fost niște probleme de etanșare și ne-am trezit CU inundație în apartament. A picurat până și pe patul în care dormeam. Am mobilizat toate recipientele de prin casă, dar n-au făcut față la apa care curgea prin tavan și a trebui să înșirăm ziare peste tot. Colac peste pupăză, brusc s-a stricat și boilerul și am rămas fără apă caldă și căldură. Iar asta nu e tot. Se pare că e o problemă și la alarma de incendiu, pentru că urlă încontinuu. În concluzie, în fiecare zi e un vacarm îngrozitor.

Clădirea în care locuim e aproape de Harvard Square și pot ajunge pe jos la biroul de la facultate, deci este foarte comod, nimic de zis. Atâta că am avut ghinionul acesta teribil să nimerim aici tocmai în perioada de renovare. Dar ia să nu mă mai vait atâta. Am o groază de lucru, iar maratonul se apropie tot mai mult.

Cel puțin genunchiul meu a amuțit. Asta da veste bună. Mai bine încerc să văd partea pozitivă a lucrurilor.

Și mai am o veste bună.

Ședința de lectură de la MIT din 6 octombrie a fost un succes. Poate chiar un succes prea mare.

Facultatea pregătise o aulă cu o capacitate de 450 de persoane, dar au dat năvală peste 1700 de oameni, drept pentru care majoritatea au fost trimiși acasă. A trebuit să vină poliția campusului să facă ordine. Din cauza zăpăcelii am început cu întârziere, iar aerul condiționat se stricase. Era o zi călduroasă ca în miezul verii și toată lumea care umpluse sala era learcă de transpirație.

— Vă mulțumesc că ați venit să mă ascultați.

Dacă știam că o să vină atâta lume, aș fi ales stadionul Fenway, am început eu. Erau cu toții iritați din pricina căldurii și a zăpăcelii create, așa că trebuia să-i fac să rădă. Mi-am scos sacoul și am rămas să le vorbesc doar în tricou. Reacția audienței (majoritatea studenți) a fost foarte bună și ne-am simțit bine și eu, și ei, de la început până la sfârșit. M-am bucurat foarte mult să văd ce mulți tineri sunt interesați de cărțile mele.

Și încă ceva: lucrez la traducerea romanului Marele Gatsby de Scott Fitzgerald, iar treaba merge bine. Am terminat deja prima mână, iar acum sunt în faza de corecturi. Iau fiecare rând la puricat și îmi dau seama că textul curge din ce în ce mai bine, că reușesc să transpun cuvintele lui Fitzgerald într-o japoneză cât mai naturală. Îmi este puțin jenă să o spun de-abia acum, dar e un roman minunat. Nu mă satur de el indiferent de câte ori l-aș citi. E plin de sevă. La fiecare lectură descopăr câte ceva nou și mă simt profund impresionat.

Cum de a reușit un scriitor tânăr, de doar douăzeci și nouă de ani, să surprindă realitatea lumii cu atâta pătrundere, justețe și căldură? Cum a fost posibil acest lucru? Cu cât mă gândesc mai mult și cu cât îl analizez mai mult, cu atât mi se pare mai de neînțeles.

Pe 20 octombrie am alergat din nou, după patru zile de repaus impuse de ploaie și de durerea de genunchi. Am ieșit după-amiaza, când s-a mai încălzit puțin, și am alergat ușurel patruzeci de minute, îmbrăcat mai gros. Din fericire, n-am simțit nimic în neregulă la genunchi. La început am alergat încet, iar mai apoi am iuțit pasul, văzând că totul e în regulă. Era bine. Picioarele, genunchii, călcâiele, toate funcționau cum trebuie. Am răsuflat ușurat, pentru că vital pentru mine în acel moment era să pot să particip la cursă și să o termin cu bine. Să nu merg, să trec linia de sosire și să îmi facă plăcere cursa. Acestea sunt cele trei obiective ale mele, în această ordine.

Au urmat trei zile însorite și, mulțumită lor, au terminat și lucrările de izolație de la acoperiș.

David, șeful de șantier (un tânăr înalt, venit din Elveția), îmi spusese înnegurat, privind către cer: „Dacă ar ține vremea bună trei zile, am termina și noi lucrările”. Cele trei zile cu soare veniseră în sfârșit. De acum puteam să stau liniștit și cu inundațiile. Reparațiile la boiler se încheiaseră și aveam și apă caldă. Puteam, în sfârșit, să fac duș fierbinte. Subsolul fiisese blocat din pricina reparațiilor, dar acum se eliberase și puteam să folosim din nou mașinile de spălat și uscătoarele electrice.

De a doua zi dădeau drumul și la încălzire. Fuseseră câteva zile grele, dar se pare că lucrurile începeau să se îndrepte – inclusiv genunchiul meu.

27 octombrie. În sfârșit, astăzi n-am mai simțit nici o jenă la genunchi și am putut să alerg la 80% din capacitate. Ieri încă mai aveam o ușoară senzație neplăcută, dar azi de dimineață totul revenise la normal. Am alergat cincizeci de minute, iar în ultimele zece am iuțit pasul. Mi-am imaginat că sunt la cursă, în Central Park, aproape de linia de sosire și am sprintat cât am putut. Nici o problemă.

Ambele picioare loveau pământul cu putere, iar genunchii mi se întindeau perfect. Cred că pericolul a trecut.

S-a făcut destul de frig. Orașul e plin de dovleci de Halloween, iar dimineața, drumul de la râu e acoperit de frunze ude. Mănușile sunt deja un lucru nelipsit la alergarea de dimineață.

29 octombrie, cu o săptămână înaintea cursei.

De dimineață a fulguit puțin, iar după prânz a început să ningă de-a binelea. Și doar până mai acum câteva zile era vară! Aceasta este clima de

New England. Mă uit cum cad fulgii apoși de la fereastra biroului meu de la facultate. Fizic, nu sunt într-o formă rea. Cât am fost obosit de la antrenamente, îmi simțeam picioarele grele și nesigure când începeam să alerg, dar în ultima vreme iau startul foarte ușor. Îmi dau seama că picioarele mi s-au odihnit cum trebuie. Alerg, alerg și nu îmi vine să mă mai opresc.

Cu toate acestea, neliniștea nu-mi dă pace.

Umbra întunecată care mi-a trecut o clipă prin fața ochilor chiar să fi dispărut de tot? Sau s-a ascuns undeva înăuntrul meu și pândește momentul oportun, ca un hoț iscusit care s-a pîtit într-un ungher și așteaptă cu răsuflarea tăiată până ce toți ai casei adorm profund? Îmi încordez privirea și mă cercetez cu atenție pe dinăuntru, cu ochii mijiiți, încercând să detectez ceva ce s-ar putea afla în mine. Dar dacă mintea noastră e labirintică, și corpul e tot un labirint. Peste tot e întuneric, peste tot sunt puncte moarte, peste tot sunt indicii mute, peste tot, duplicitate.

Experiența și instinctul sunt tot ce am. Experiența îmi spune: „Ai făcut tot ce ai putut. Orice idee ți-ar mai veni acum, e prea târziu. Tot ce mai poți face e să stai și să aștepți ziua cursei.” Instinctul îmi șoptește în ureche un singur cuvânt: „Imaginează-ți!” Închid ochii și mă văd străbătând New Yorkul, trecând prin Brooklyn, prin Harlem, către Midtown, alături de zeci de mii de alergători. Mă imaginez traversând uriașele poduri suspendate de oțel, îmi imaginez ce simt alergând prin forfota de la Central Park South, apropiindu-mă de linia de sosire. Restaurantul vechi de lângă hotel unde o să mănânc după cursă. Imaginile acestea mă umplu de o vitalitate calmă. Nu-mi mai încordez privirea în întuneric. Nu mai ciulesc nici urechea la ecourile tăcerii.

Primesc un email de la Liz, cea care se ocupă de cărțile mele la Random House. O să participe și ea la maratonul de la New York. E primul ei maraton. „Distracție plăcută! (Have a good time!)”, îi răspund eu. Maratonul are un sens atâta vreme cât te bucuri de el. Altfel de ce ar mai alerga 42 de kilometri atâtea zeci de mii de oameni?

Reconfirm rezervarea la hotelul din Central Park South și îmi iau biletul de avion pe ruta Boston -

New York. Îmi pun în geantă hainele de alergare și pantofii care între timp s-au lăsat numai bine.

Mai rămâne doar să aștept să vină ziua cursei, iar între timp să mă odihnesc. Mă rog doar să fie o zi superbă de toamnă, cu vreme frumoasă.

De fiecare dată când merg la New York să particip la maraton, îmi răsună în minte balada superbă a lui Vernon Duke, Toamnă la New York.

Visători fără parale-n buzunare suspină privind în depărtare.

E toamnă la New York.

Ce bine e s-o trăiești din nou.

Dreamers with empty hands May sigh for exotic lands It's autumn în New York It's good to live it again. New Yorkul e cu adevărat superb în noiembrie.

Aerul e limpede și proaspăt, iar frunzele copacilor din Central Park prind să se îngălbenească. Cerul e senin cât vezi cu ochii, iar razele soarelui se reflectă opulent în zgârie-norii de sticlă. Străbați stradă după stradă și simți

că poți să mergi așa la nesfârșit. În vitrinele de la Bergdorf Goodman sunt expuse haine luxoase de cașmir, iar la fiecare colț te întâmpină aroma de covrigi calzi.

Oare o să pot, în ziua cursei, să savurez priveliștile seducătoare de toamnă de pe străzile pe care am să trec? Sau nici n-o să fie vorba să am răgaz de așa ceva? Sigur, asta am să aflu doar odată ce încep să alerg. Asta înseamnă maratonul.

Capitolul 8

26 august 2006

Un orașel de coastă din Kanagawa.

Rămân la optsprezece ani până mor.

Acum mă antrenez pentru cursa de triatlon. De ceva vreme mă concentrez mai mult asupra exercițiilor de ciclism. Pedalez în fiecare zi câte o oră, două, de-a lungul drumului de coastă măturat de un vânt puternic dintr-o parte, într-un loc numit Pista de Ciclism „Coasta Pacificului” (în ciuda numelui impozant, e o pistă destul de segmentată, pe care nu se merge prea ușor). Din acest motiv, mușchii mei, de la coapse până la spate, sunt tari ca piatra.

La bicicleta de curse, poți să apeși pedala, dar și să o ridici. Apăsând și ridicând, prinzi viteză.

Trebuie menținut un ritm cât mai constant. Mai ales când urci mult în pantă, partea de ridicare e cea mai importantă. Însă la această mișcare îți trebuie niște mușchi pe care nu-i folosești mai deloc în viața cotidiană și atunci e firesc să-ți obosească și să înțepenească. Dimineața ies cu bicicleta, iar seara alerg. Mă antrenez și la alergare, deși am mușchii de la picioare deja încordați.

Nu pot spune că e un exercițiu prea plăcut, dar nici nu mă plâng. Este exact ce trebuie să fac și la cursa la care urmează să particip.

Am început să mă antrenez serios cu bicicleta doar cu câteva luni înainte de triatlon. Alergarea și înotul mi-au plăcut dintotdeauna și le pot integra natural în viața mea chiar dacă nu mă antrenez pentru vreo cursă anume, dar bicicleta, nu. Unul dintre motivele pentru care nu mă atrage ciclismul e că este un sport „cu ustensile”. Îți trebuie cască de protecție, pantofi speciali și tot felul de alte accesorii. În plus, trebuie să-ți întreții echipamentul și componentele, iar eu unul nu mă pricep deloc la așa ceva. Pe lângă asta, trebuie să-ți găsești un teren unde să fii cât de cât în siguranță când pedalezi cu viteză și să mai bați și drumul până acolo. Deci și mai mare bătaia de cap.

La toate acestea se adaugă și frica. Ca să ajung la pista pe care pot să merg liniștit, trebuie să pedalez pe străzile orașului, iar frica pe care o simți când trebuie să te strecuri printre mașini pe o bicicletă sport foarte sensibilă, cu roți înguste (cea mai mică diferență de nivel se resimte din plin) și cu pantofii fixați de pedale e ceva ce doar cei care au trecut prin așa ceva pot înțelege cu adevărat. Pe măsură ce am câștigat experiență, m-am mai obișnuit cu situația și am mai prins și câteva șmecherii. Dar am avut și destule momente de spaimă care m-au făcut să mă treacă toate transpirațiile.

Și în timpul antrenamentului, când intru cu viteză prea mare în vreo curbă strânsă, inima mi-o ia la galop. Dacă nu te înscrii bine în curbă și nu te înclini cum trebuie, ori cazii, ori intri în gard.

Trebuie să găsești singur limitele în care să te încadrezi, din experiență. Foarte teamă îmi e la coborârile cu viteză în pantă, când drumul e ud de la ploaie. La o competiție, ajunge o fracțiune de secundă ca să greșești și să provoci o coliziune în lanț.

Eu unul nu sunt nici o persoană prea agilă și nici mare iubitor de competiții de viteză, drept pentru care, din acest punct de vedere, nu sunt foarte bun la ciclism. Tocmai de aceea, dintre cele trei probe ale triatlonului, înot, ciclism și alergare, am lăsat antrenamentul de ciclism la urmă. Ciclismul e punctul meu slab. Chiar dacă încerc să recuperez pe partea de alergare ce pierd aici, în doar zece kilometri nu pot să recuperez tot. Așa se face că acum sunt chitit să mă antrenez cât pot. Azi e

1 august. Cursa e pe 1 octombrie, deci mai sunt exact două luni. Dacă în acest interval reușesc sau nu să-mi formez mușchii de care am nevoie rămâne sub semnul întrebării, dar în orice caz, deocamdată trebuie să mă obișnuiesc cu bicicleta.

Eu am o bicicletă sport din titan, marca Panasonic.

E ușoară ca fulgul. O folosesc de șapte ani. Când schimb vitezele parcă pun în mișcare o parte din mine. Este superbă. Măcar e mai bună decât persoana din șă. Am chinuit-o destul de mult, dar până acum n-am avut nici un fel de probleme cu ea. Am participat cu ea de patru ori la triatlon. Pe cadrul ei scrie „18 til I die”, titlul cântecului lui Bryan Adams. E scris în glumă, evident. Ca să ai optsprezece ani până mori, înseamnă să mori la optsprezece ani.

Anul acesta a fost o vară atipică în Japonia.

Anotimpul ploios, care trebuia să se termine la începutul lui iulie, a ținut până aproape de sfârșitul lunii. A plouat de m-am săturat. În unele zone a plouat torențial și chiar au pierit mulți oameni. Totul e pus pe seama încălzirii globale.

Poate că așa e, poate că nu. Unii experți spun că da, alții că nu. Unele părți sunt demonstrabile, altele nu. Însă toate problemele cu care se confruntă omenirea în ziua de azi sunt puse mai mult sau mai puțin pe seama încălzirii globale. Dacă scad vânzările la haine sau cantități enorme de lemn uscat eșuează la mal, dacă vin inundații sau secete, dacă prețurile de consum cresc, mai toată responsabilitatea e atribuită încălzirii globale. Lumea are nevoie de un țap ispășitor pe care să-l poată arăta cu degetul și la care să strige: „E vina ta!”

În orice caz, din cauza ticălosului de țap scăpat de sub control, a tot plouat pe rupte și n-am putut să mă antrenez cu bicicleta mai deloc în iulie. Nu e vina mea. Ticălosul ăla e de vină. Dar în sfârșit, în ultimele zile cerul a fost senin și am putut să ies cu bicicleta. Mi-am pus pe cap casca aerodinamică, ochelarii de soare, mi-am umplut sticla cu apă, mi-am potrivit vitezometrul și am pornit-o la drum.

Cel mai important lucru la care trebuie să ai grijă când mergi cu o bicicletă de curse e să te lași în față cât poți ca să eviți rezistența vântului, dar să ții capul ridicat. Este o poziție pe care trebuie neapărat s-o înveți. Însă, după cum vă veți da seama imediat dacă încercați, dacă nu ești obișnuit cu așa ceva, e un chin curat să stai mai bine de o oră cu gâtul sucit ca un contorsionist. Spatele și gâtul încep să urle de durere. Obosești și îți vine să-ți lași capul. Iar cum ți-ai lăsat privirea în pământ, dă năvală peste tine pericolul care stătea la pândă.

Când mă antrenam pentru primul triatlon și am făcut o tură de aproape o sută de kilometri, am intrat drept într-un pilon de metal. Era unul din pilonii care se montează la intrarea în zonele rezervate pietonilor și bicicliștilor, ca să blocheze accesul mașinilor și al motocicletelor. Eram obosit, cu mintea în altă parte, și am neglijat doar puțin să-mi țin capul ridicat și privirea înainte. Roata din față s-a îndoit toată la impact, iar eu am fost proiectat din șaua cu capul înainte. M-am trezit literalmente zburând prin aer. Din fericire, cască mi-a protejat capul, altfel m-aș fi rănit foarte grav.

M-am julit la mâini de la impactul cu suprafața de beton și m-a durut destul de tare, dar am avut noroc că am scăpat doar cu atât (știu multe persoane care au pățit-o mult mai rău).

O pățanie ca asta îți rămâne învățătură de minte. Ca să-ți însușești cum trebuie anumite fundamente în viață, de multe ori e nevoie de durere fizică. De atunci, oricât de obosit aș fi, îmi țin mereu capul ridicat și am grijă să nu mi scape din privire nimic din ce e în față pe drum. Doar că asta îmi forțează bieții mei mușchi.

De transpirat, nu transpir. Ba presupun că transpir, dar vântul care îmi bate în față mă usucă pe loc. În schimb, mi se face sete. Dacă n-am grijă, imediat mă deshidratez, iar dacă mă deshidratez, mi se încețoșează mintea. Fără sticla cu apă nu mă urc pe bicicletă. În timp ce pedalez, scot sticla din suport, iau în viteză câteva guri de apă și o pun la loc. M-am învățat să fac o serie întreagă de mișcări automat, cu privirea lipită de drum.

Sincer să fiu, nu mi-e ușor să mă antrenez de unul singur cu bicicleta. La început, când nu știam de nici unele, am apelat la un cunoscător ca să-mi dea câteva lecții. La sfârșit de săptămână ne încărcăm bicicletele într-o mașină break și ne duceam la cheiul Oi. Camioanele de transport nu circulă pe acolo în weekend, așa că drumul acela lat care șerpuiește printre depozite servește ca o excelentă pistă de ciclism. Se adună pe acolo mulți bicicliști.

Ne fixam un timp, stabileam timpul și ritmul de mers și începeam să pedalăm. La tura lungă de antrenament (cea la care m-am accidentat) am mers tot cu el. Și alergările lungi de pregătire pentru maraton înseamnă solitudine, dar să pedalezi de unul singur, cu mâinile înțepenite pe ghidon nu e altceva decât solitudine pe roți. Repeti același lucru la infinit. Mergi la deal, mergi drept, mergi la vale, bate vântul din spate, bate vântul din față. Schimbi viteza, îți schimbi poziția, verifici viteza, te lași într-o parte, te îndrepti, verifici viteza, bei apă, schimbi viteza, îți schimbi poziția și așa mai departe. Uneori nu mi se pare nici mai mult, nici mai puțin decât o tortură elaborată.

Triatlonistul Dave Scott povestește în cartea sa despre primele antrenamente cu bicicleta pe care le-a făcut și spune că: „Dintre toate sporturile inventate de om, ciclismul e cel mai nesuferit”.

Exact asta e și părerea mea.

În orice caz, illogic sau nu, acesta este lucrul de care trebuie să mă ocup în lunile care au mai rămas până la triatlon. Fredonând în disperare refrenul de la 18 Til I Die al lui Bryan Adams, uneori blestemând lumea, apăs și ridic pedalele, încercând să-mi obișnuiesc picioarele cu ritmul potrivit. Vântul fierbinte care străbate nestingherit Pacificul îmi înțepă ușor obrajii.

Activitatea mea la Harvard s-a încheiat la sfârșitul lui iunie și, odată cu ea, mi-am luat rămasbun de la Cambridge (și de la berea Sam Adams și Dunkin' Donuts!), mi-am făcut bagajele și am ajuns înapoi în Japonia la începutul lui iulie. Care a fost principala mea îndeletnicire cât am stat în Cambridge? Recunosc: am cumpărat o tonă de discuri. În preajma Bostonului încă mai sunt destule magazine cu viniluri uzate de bună calitate.

Iar cum prindeam ocazia, dădeam o fugă și prin cele din New York și Mâine. Cam șaptezeci la sută din ce am cumpărat e jazz, iar restul muzică clasică și niscaiva rock. Eu sunt un colecționar destul de (de fapt, foarte) înfocat de viniluri vechi. Expedierea lor în Japonia a fost o treabă foarte complicată.

Sincer să fiu, nici nu știu exact câte discuri există la mine în casă în acest moment. Nu le-am numărat niciodată și nici nu-mi vine să fac un lucru atât de terifiant. De la vârsta de cincisprezece ani și până acum am cumpărat și am dat o mulțime. A fost un trafic mult prea intens ca să pot să le țin socoteala. Veneau și plecau. Însă, per total, numărul lor a crescut indubitabil. Dar nu contează numărul de discuri pe care le posed.

Numărul nu este o chestiune importantă. Dacă sunt întrebat cam câte am, singurul meu răspuns este: „Extrem de multe, dar încă nu suficient de multe.”

Unul din personajele din Marele Gatsby al lui Scott Fitzgerald, Tom Buchanan, bogătașul cunoscut ca jucător de polo, spune la un moment dat că: „Am auzit că se poate face un garaj dintr-un grajd.

Dar eu cred că sunt primul care a făcut un grajd dintr-un garaj.” Nu vreau să mă laud, dar și eu fac același lucru. Dacă găsesc un vinii de calitate care conține o înregistrare pe care o am doar pe CD, renunț la CD fără nici o ezitare și păstrez vinilul. Dacă găsesc același vinii, dar într-o calitate audio mai bună, aproape de original, îl schimb imediat cu cel vechi. Treaba asta îmi ia foarte mult timp, iar de cheltuieli nici nu mai vorbesc.

Mulți îi numesc pe cei ca mine maniaci.

În noiembrie, anul trecut (2005), am participat, așa cum îmi propusesem, la maratonul din New York. A fost o zi de toamnă frumoasă, cu cer senin.

Atât de frumoasă, încât mai că te așteptai să-l vezi apărând pe Mei Torme, care a părăsit deja lumea aceasta, sprijinit de pian și cântând un vers din Toamnă la New York. Am luat și eu startul dimineața de la podul Verrazano-Narrows din Staten Island odată cu celelalte zeci de mii de

alergători din lumea întreagă, am trecut prin Brooklyn (unde mă așteaptă mereu scriitoarea Mary Morris ca să mă încurajeze), apoi prin Queens, am traversat câteva poduri, am străbătut Harlemul și am ajuns la capătul a 42 de kilometri și câteva ore de alergare la linia de sosire din apropierea localului Tavern on the Green din Central Park.

Iar rezultatul? Vă spun sincer, rezultatul nu prea mi-a plăcut. Cel puțin n-a fost atât de bun pe cât speram eu în adâncul inimii că o să fie. Eu voiam, dacă se putea, să închei această carte cu niște vorbe grandioase de genul „Antrenamentele temeinice mi-au adus un rezultat extraordinar la maratonul din New York. Când am trecut linia de sosire, am fost foarte emoționat” și să dispar agale în lumina unui splendid apus, însoțit în fundal de tema muzicală plină de eroism din Rocky. Până să alerg efectiv maratonul, asta speram să se întâmple, așa mă așteptam să fie. Acesta era planul A. Superb plan.

Dar, în lumea reală, lucrurile nu decurg așa frumos. Vin anumite momente în viață când simțim nevoia unei concluzii clare, și atunci, de cele mai multe ori, la ușa noastră bate un mesager care ne aduce vești rele. Nu spun că asta se întâmplă întotdeauna, dar știu din experiență că de mult mai multe ori veștile sunt sumbre. Mesagerul își duce mâna la pălărie cu o expresie dezolată pe față, dar asta nu îndulcește cu nimic mesajul pe care ți-l înmânează. Însă asta nu e vina lui. Nu poți da vina pe mesager. Nu poți să-l înșfaci de guler și să-l zgâlțâi. Bietul de el, doar își face conștiincios treaba care i-a fost dată. Iar cea care i-a dat această sarcină nu e alta decât realitatea.

Tocmai de aceea avem nevoie și de un plan B.

Înainte de cursă mă simțeam într-o condiție fizică de zile mari. Eram odihnit, jena din genunchi dispăruse. Mai simțeam o ușoară oboseală în gambe, dar nu era nimic demn de luat în seamă (am crezut eu). Mi-am urmat fidel programul de antrenamente. Nu cred că m-am pregătit niciodată atât de temeinic pentru o cursă și de aceea mă așteptam (sau eram aproape convins) că o să scot un timp cum nu mai înregistrasem în ultimii ani. Nu-mi mai rămânea decât să merg cu jetoanele adunate la ghișeu și să-mi ridic banii.

La linia de start, m-am ținut după indicatorul de ritm de 3:45. M-am gândit că îmi permit lejer să țintesc la acest timp. Poate că asta a fost greșeala mea. Acum, dacă mă gândesc, ar fi trebuit să mă țin după cel de 3:55 și abia apoi, dacă vedeam că se poate și mai bine, să cresc viteza. O atitudine mai calmă e ce mi-ar fi trebuit. Dar atunci parcă mă împingea ceva de la spate. Ceva îmi șoptea neconținut în ureche: „La cât te-ai antrenat pe căldurile alea, dacă nu faci bine și alergi măcar în ritmul ăsta, nu știu ce sens mai are. Ești bărbat sau ce?” Ca pisica și vulpea care l-au ademinit pe Pinocchio în drum spre școală cu voci mieroase.

Iar pentru mine, un timp de 3:45 însemna până nu demult business as usual.

Până la kilometrul 25 m-am ținut de acest indicator, dar mai mult de atât n-am mai putut. Mi-a fost greu să admit asta, dar treptat au început să mă lase picioarele, iar apoi am încetinit tot mai mult. Indicatorul de ritm de

3:50 a trecut pe lângă mine, apoi și cel de 3:55. Foarte prost. Orice ar fi fost, nu puteam să-l las și pe cel de 4.00 să mă depășească. Am traversat podul Triborough și după ce am intrat pe șoseaua largă care merge din Uptown către Central Park, mi-am mai revenit un pic și am început să trag speranța că încă mai pot să mă redresez. Dar asta a ținut doar o clipă, pentru că în momentul în care am intrat în parc și m-am apropiat de seria de pante nesfârșite, am simțit dintr-odată crampe musculare în gamba dreaptă. Nu atât de rele încât să trebuiască să mă opresc de tot, dar durerea m-a făcut să încetinesc până la o viteză apropiată de mers. Spectatorii strigau încurajări și îmi doream și eu mai mult ca orice să pot să alerg mai departe, dar picioarele nu mi se mișcau.

Prin urmare și de data aceasta am ratat cu puțin să scot sub patru ore. Sigur, faptul că am reușit să-l finalizez, chiar și așa, înseamnă că mi-am menținut recordul de maratoane succesive încheiate cu succes (douăzeci și patru). Am reușit să fac un minimum. Dar am rămas cu un gust amar. După cât de minuțios îmi planificasem totul și cu câtă râvnă mă antrenasem... Mă simțeam de parcă niște crâmpie de nori întunecați se rătăciseră prin mine. Oricât mă gândeam, nu reușeam să pun lucrurile cap la cap. După cât m-am străduit, de ce a trebuit să mă apuce crampele? Nu pretind că tot efortul ar trebui mereu răsplătit pe măsură, dar dacă există un Dumnezeu acolo sus, în cer, n-ar putea să dea un semn, oricât de mic?

Nu poate să dea dovadă măcar de atâta bunătate?

Aproximativ jumătate de an mai târziu, în aprilie

2006, am participat la maratonul din Boston. În principiu, eu alerg un maraton pe an, dar dat fiind că rezultatul de la maratonul din New York m-a descumpănit total, m-am gândit să mai încerc o dată. Doar că de data aceasta am redus intenționat și drastic volumul de antrenament. Pentru celălalt maraton m-am pregătit extrem de meticulos și tot n-am scos rezultatul pe care-l speram.

Cine știe, poate că exagerasem cu antrenamentele.

În orice caz, de data aceasta nu mi-am mai pregătit nici un fel de meniu special de exerciții, ci doar am crescut puțin volumul obișnuit de alergare și mi-am propus să fac totul natural, așa cum îmi vine, fără să-mi bat capul cu chestii complicate.

Am adoptat o postură relaxată, zicându-mi că e doar un maraton și că o să văd eu la momentul respectiv ce o să iasă din asta.

Prin urmare, am mers la maratonul din Boston.

A fost a șaptea oară când participam și cunoșteam traseul destul de bine. Câte pante, ce fel de curbe, le știam pe toate, una câte una. Știam cum să abordez traseul - dar asta nu-mi garanta nimic.

Iar rezultatul?

Nu prea diferit față de cel din New York. Îmi învățasem deja lecția, așa că am încercat să mă controlez mai bine în prima jumătate a cursei.

Mi-am menținut ritmul, mi-am conservat forțele.

Am alergat relaxat, admirând priveliștea, și am așteptat momentul oportun în care să simt că pot iuți pasul. Dar momentul acela n-a mai venit,

între kilometrul 30 și kilometrul 35, adică pe porțiunea așa-numitului Heartbreak Hill, am fost într-o formă foarte bună. N-am avut nici o problemă.

Prietenii și cunoscuții care mă așteptau acolo să mă încurajeze mi-au spus mai târziu: „Haruki, arătai excelent!” Și eu am urcat panta zâmbind, făcându-le cu mâna. Chiar mă gândeam că dacă o țin tot așa, la final pot să iuțesc pasul și să scot un timp bunicele. Dar după ce am trecut de Cleveland Circle și am intrat în centrul orașului, am simțit dintr-odată că mi se pune plumb în picioare și a început să se instaleze oboseala. Crampe musculare nu am avut, dar pe ultimii kilometri, după ce am traversat podul de la Universitatea Boston, puțin a lipsit să nu rămân de tot în urmă. Nici vorbă să mai pot crește viteza.

Sigur, am reușit să termin cursa. Am alergat fără încetare 42,195 km sub cerul înnorat și am trecut cu bine linia de sosire din față de la Prudential Center. M-am învelit în folia argintie de protecție termică și o voluntară mi-a atârnat medalia de gât. Ca întotdeauna, am simțit o enormă ușurare când am realizat că nu mai trebuie să alerg. Finalizarea unui maraton e o experiență minunată, o realizare frumoasă, dar nu pot spune că am fost mulțumit de timpul pe care l-am scos. După cursă, de obicei așteptam cu nerăbdare să beau o bere Sam Adams, dar de data aceasta nu prea am avut chef. Mă simțeam epuizat până în adâncul măruntaielor.

— Ce Dumnezeu s-a întâmplat? M-a întâmpinat mirată soția mea, care mă aștepta la linia de sosire.

Slăbit nu pari, de antrenat, te-ai antrenat suficient.

Nici eu nu înțeleg prea bine ce s-a întâmplat.

Poate că pur și simplu îmbătrânesc. Sau poate că există o cauză anume în cu totul altă parte. Ceva important, care mie mi-a scăpat din vedere. În orice caz, totul se sfârșește aici, cu acest „poate”.

Ca un fir de apă înghițit de deșert.

Un lucru însă îl pot spune cu siguranță. Până îmi recapăt senzația aceea de mulțumire că am alergat bine, o să particip în continuare la maratoane, fără să mă las descurajat. Câtă vreme mă țin picioarele am să continui să alerg, oricât m-aș boșorogi, oricât m-ar avertiza lumea – „domnule Murakami, aveți și dumneavoastră o vârstă, a cam venit vremea s-o terminați cu alergatul.” Oricât de mult mi s-ar înrăutăți timpul, eu o să depun efort ca și până acum – uneori poate chiar mai mult – ca să-mi ating ținta de a termina maratoanele cu succes. Poate să zică lumea ce vrea, aceasta este firea cu care m-am născut. Așa cum scorpionul înțeapă, cicadele se agață de copaci, somonul se întoarce în apele natale, iar rațele sălbatică se împerechează pe viață.

Aceasta ar fi concluzia mea și concluzia acestei cărți. Nu se aude tema muzicală din Rocky și nici nu se vede asfințitul către care trebuia să mă îndrept. E o concluzie ne remarcabilă, ca o pereche de pantofi de sport pentru vreme ploioasă. Un anticlimax, s-ar putea spune. Un producător de film de Hollywood, dacă ar pune mâna pe un asemenea scenariu și ar arunca un ochi pe ultima pagină, nici că s-ar mai uita la el a doua oară. Dar, în fond,

nu pot spune că nu mi se potrivește mie ca persoană tocmai o asemenea concluzie.

Eu nu am ajuns alergător pentru că m-a pus cineva să alerg. Nu am ajuns scriitor pentru că m-a pus cineva să scriu romane. Într-o bună zi am avut chef să scriu și m-am apucat de scris. Iar într-o bună zi am avut chef să alerg și m-am apucat de alergat. Am făcut mereu ce mi-a plăcut, cum mi-a plăcut. Oricât au încercat alții să mă oprească, oricât de aspru m-ar fi criticat, nu mi-am schimbat cu nimic felul de a fi. Ce cred oamenii ăștia că pot obține și de la cine?

Îmi ridic privirea către cer. Se întrezărește acolo vreun crâmpei de bunătate? Nu. Se văd doar norii impasibili care plutesc deasupra Pacificului. Iar ei nu îmi spun nimic. Norii sunt mereu tăcuți. Nici n-ar trebui să mă uit la cer. Către înăuntrul meu ar trebui să-mi îndrept privirea. Mă uit în mine.

E ca și cum m-aș uita în adâncurile unei fântâni.

Se vede oare bunătate? Nu. Tot ce se vede acolo e firea mea. Natura mea așa cum e, individualistă, căpoasă, necooperantă, adesea egoistă, dar care se îndoiește de sine și încearcă să vadă partea amuzantă a lucrurilor – sau ceva de genul ăsta – atunci când se întâmplă ceva rău. Am cărat-o în cârcă pe drumul acesta lung, ca pe o desagă veche.

Nu am cărat-o de plăcere. La ce are în ea, e și prea grea și nici nu arată prea grozav. Mai e și peticită pe la colțuri. Altceva n-am avut și am fost nevoit să o iau pe-asta cu mine. Dar, ce pot să zic, m-am atașat de ea. Evident.

Așa se face că acum mă pregătesc zi de zi pentru triatlonul din orașul Murakami, prefectura Niigata, de pe data de 1 octombrie. Cu alte cuvinte, încă mai car după mine vechea desagă, foarte probabil către un alt anticlimax. Către o maturitate barocă, taciturnă – sau, mai modest spus, către o „fundătură evolutivă”.

Capitolul 9

1 octombrie 2006

Orașul Murakami, prefectura Niigata.

Cel puțin n-a mers niciodată.

Pe când aveam vreo șaisprezece ani, am prins un moment când nu era nimeni acasă, m-am pus dezbrăcat în fața oglinzii și m-am studiat din cap până în picioare. Am făcut o listă cu toate părțile care (mi se părea mie) prezentau neajunsuri. De exemplu – și astea sunt doar câteva – că am sprâncenele prea groase sau că unghiile de la mâini au o formă ciudată. Îmi aduc aminte că am ajuns cu lista până la douăzeci și șapte. Când am ajuns la douăzeci și șapte m-am săturat și am lăsat-o baltă.

Apoi mi-am zis așa: dacă atâtea lucruri în neregulă găsesc doar la partea vizibilă a corpului meu, înseamnă că dacă aș intra și în alte teritorii – cum ar fi personalitate, intelect, abilități motrice – lista chiar că nu s-ar mai termina niciodată.

Desigur, după cum știm cu toții, vârsta de șaisprezece ani este extrem de dificilă. Te îngrijorează toate fleacurile, nu te poți vedea în mod obiectiv, ajungi ciudat de priceput la tot felul de prostii și ești plin de complexe. Pe măsură ce înaintezi în vârstă, înveți din încercări și greșeli ce merită să

păstrezi și ce trebuie să arunci. Așa ajungi să realizezi (să te resemnezi) că defecte și neajunsuri ai cu nemiluita, dar că sigur există și câteva părți bune, iar în viață trebuie să te descurci cu ce ai la dispoziție.

Însă amintirea dezolării pe care am simțit-o stând gol în fața oglinzii și enumerând toate acele defecte fizice mi-a rămas permanent întipărită în minte. Biata mea foaie de inventar, în care lipsuri am cu duiumul, dar atât de puține părți bune.

Patruzeci de ani mai târziu, stând pe malul mării în slip negru, cu ochelari de înot pe cap și așteptând nerăbdător să se dea startul la triatlon, aceste lucruri de demult îmi învie deodată în minte.

Mă văd din nou ca pe un container jalnic, care nu face nici cât o ceapă degerată. Inadecvat, jerpelit, de toată jena. Simt că tot ce fac e în van. Sunt pe cale să înot un kilometru și jumătate, să pedalez patruzeci cu bicicleta, apoi să alerg zece. Și ce rezolv cu asta? Nu e ca și cum ai turna cu zel apă într-o oală veche și găurită.

Nimic de zis, vremea e absolut superbă. O zi perfectă pentru triatlon. Nu bate vântul, nu sunt valuri. Razele calde ale soarelui se revarsă pe pământ, iar în aer sunt 23 de grade. Apa e numai bună. Este a patra oară când particip la această competiție și de fiecare dată am făcut-o în niște condiții mizerabile. O dată era marea prea agitată (Marea Japoniei e foarte schimbătoare toamna) și proba de înot a fost înlocuită cu alergare pe plajă, în alte dăți n-a fost chiar atât de rău, dar am avut parte de ploi reci de toamnă, valuri mari care m-au împiedicat să respir cum trebuie, mers pe bicicletă tremurând de frig și tot felul de alte pățanii. Tocmai de aceea, în timp ce străbat cu mașina cei 350 de kilometri de la Tokyo la Niigata, îmi proiectez în minte cele mai sumbre condiții meteo. Mă pregătesc mental pentru problemele care o să mă întâmpine. Folosesc vizualizarea ca metodă de antrenament. De aceea, văzând marea atât de calmă și liniștită, am senzația că încercă să mă înșele. Nu, nu, să nu fiu credul, îmi zic eu.

E doar o prefăcătorie. De fapt mi s-a întins o capcană dincolo de orice închipuire. O să dau în apă peste o haită de meduze fioroase, pline de venin.

O să-mi sară în fața bicicletei un urs hămesit, care vrea să intre în hibernare. O să mă trezesc lovit în creștetul capului de un fulger răzleț în timp ce alerg. O să se năpustească asupra mea un roi de viespi înfuriate. Soția mea, care ar trebui să mă aștepte la linia de sosire, va fi aflat ceva îngrozitor despre mine (și ceva îmi spune că ar fi vreo câteva astfel de lucruri). Nu știu niciodată ce-o să fie. Întotdeauna sunt foarte suspicios când e vorba de Triatlonul Internațional Murakami.

Însă în momentul de față, vremea e incontestabil frumoasă. Stau în bătaia soarelui și simt cum se încălzește pe mine costumul de baie negru, cauciucat.

În jurul meu, oameni îmbrăcați ca și mine așteaptă pe plajă cu aceeași nerăbdare să se dea startul. E o priveliște foarte stranie. Arată ca niște biete creaturi marine pe care capriciile naturii le-au aruncat la mal, iar acum stau și așteaptă să vină fluxul. Toți ceilalți par cufundați în gânduri mai optimiste decât mine. Dar poate că e doar o aparență. În orice caz, încerc să mă

conving să nu mă mai gândesc la prostii. Partea cu venitul până aici am rezolvat-o, rămâne doar să mă străduiesc un pic și să termin cursa cu bine. Am în față trei ore în care trebuie doar să înot, să merg cu bicicleta și să alerg fără să mă gândesc la nimic.

Nu mai începe odată cursa? Mă uit la ceas, dar de când m-am uitat data trecută nu s-a scurs decât foarte puțin timp. Odată ce începe, n-o să mai am eu timp (poate) să mă gândesc la toate prostiile...

Numărându-le laolaltă și pe cele scurte, și pe cele lungi, acesta este al șaselea triatlon la care particip, dar timp de patru ani, din 2000 până în 2004, nu m-am înscris la niciunul. Motivul pentru această perioadă inactivă este că la triatlonul din 2000, m-am trezit brusc că nu mai pot să înot și am fost nevoit să abandonez cursa.

Mi-a luat mult timp ca să-mi revin din șoc și nici nu am identificat motivul pentru care am clacat.

Mi-au trecut prin cap tot felul de gânduri și mi-am și pierdut încrederea în mine. A fost pentru prima dată în viață când am abandonat la o competiție.

Am scris mai sus că „m-am trezit brusc că nu mai pot să înot”, dar sincer să fiu, nu a fost prima dată când m-am poticnit la proba de înot de la triatlon. Pot să înot craul fără probleme pe distanțe mari atât în bazin, cât și în mare. În mod normal fac 1500 de metri în aproximativ 33 de minute. Nu sunt foarte rapid, dar e un ritm suficient de bun pentru o cursă. Am crescut în apropierea mării și sunt obișnuit să înot în mare. Celor care se antrenează mai mult la bazin le vine greu să înoate în mare sau le e teamă, dar mie nu. Din contră, mi-e mai ușor, pentru că am mai mult loc la dispoziție și plutesc și mai bine.

Dar când e vorba de competiții, nu știu de ce, dar nu înot cum trebuie. Nici la triatlonul Tinman din Hawaii (insula Oahu) nu m-am descurcat bine la partea de craul. Cum am intrat în mare și am început să înot, n-am mai putut să respir. Am încercat să-mi răsucesc capul și să respir ca de obicei, dar nu reușeam să mă coordonez. Iar dacă nu respir cum vreau, mă cuprinde spaima și mă încordez tot. Inima mi-o ia razna, mâinile și picioarele nu mă mai ascultă. Nu-mi mai vine să-mi bag capul sub apă. Într-un cuvânt, mă panichez.

Proba de înot de la Tinman e mai scurtă, de doar 800 de metri, drept pentru care am putut la un moment dat să trec de la craul la bras. Dar la o cursă obișnuită, de 1500 de metri, nu merge să înoți bras. E mult mai încet decât craulul și după o vreme îți obosesc picioarele. De aceea, la triatlonul din din 2000, nu am avut de ales și, cu lacrimi în ochi, a trebuit să ies din cursă.

Am ieșit pe uscat, dar eram atât de vexat, încât am zis să mai încerc o dată. Sigur, ceilalți concurenți terminaseră deja proba, trecuseră la ciclism și dispăruseră în zare. Am rămas să înot singur. Iar de data aceasta, craulul mi-a ieșit fără nici o problemă.

Respiram relaxat și mă mișcăm fără efort. De ce nu putusem să înot așa și în cadrul competiției?

La primul triatlon la care am participat, startul s-a dat din apă. Ne-am înșirat toți în linie dreaptă și am pornit. În acel moment, persoana de lângă mine m-a lovit cu putere de câteva ori într-o parte.

Fiind o competiție, n-ai ce-i face. Toți încearcă să treacă în față și să o ia pe calea cea mai scurtă.

Mai încasezi un cot, un picior, mai iei o gură de apă, îți cad ochelarii, toate acestea sunt la ordinea zilei. Dar pe mine șocul de a fi lovit atât de tare chiar la începutul primei mele curse m-a dat peste cap și e posibil ca la fiecare start pe care îl iau acum, acea amintire să reînvie. Nu sunt foarte convins de asta, dar dat fiind faptul că la o competiție componenta psihică e foarte importantă, nu văd de ce n-ar fi o teorie demnă de luat în calcul.

Ar mai fi și posibilitatea să existe o problemă cu felul în care înotam. La urma urmei, adoptasem propriul meu stil de craul și nu primisem niciodată lecții de la un profesionist. Puteam să înot oricât fără probleme, dar nu pot spune că o făceam elegant și perfect eficient. Eram genul care înoată din rășputeri. M-am tot gândit că, dacă am de gând să particip serios la triatlonuri, trebuie să-mi revizuiesc la un moment dat stilul. N-ar fi fost deloc rău să reușesc să-l corectez, iar în același timp să încerc să dau de cap problemelor de ordin psihic.

Dacă rezolvam greșelile de tehnică, poate că odată cu ele se clarificau și alte probleme.

Prin urmare, patru ani de zile m-am abținut de la triatlonuri. În acest interval am alergat pe distanțe mari, ca de obicei, și am participat la un maraton pe an. Dar, sincer să fiu, nu mă simțeam foarte împăcat. Sigur, totul se datora eșecului care mi se înfipsea în minte. Mă gândeam că trebuie neapărat să-mi iau revanșa la un moment dat.

Când e vorba de așa ceva, sunt foarte încăpățânat.

Dacă nu-mi iese ceva, nu mă împac cu asta și nu pot să stau liniștit până n-o fac să-mi iasă.

Ca să-mi pun tehnica la punct, am apelat la mai mulți instructori de înot, dar nu am reușit să găsesc unul care să fie exact cum căutam. Sunt foarte mulți oameni pe lume care se pricep să înoate, dar puțini cei care știu să te învețe să înoți. Asta e senzația mea. E greu să înveți pe cineva să scrie cărți (cel puțin eu unul nu cred că aș putea), dar nici cu înotul nu poate fi mai ușor.

De fapt, acest lucru nu se aplică doar la înot și scris. Majoritatea profesorilor predau o anumită materie prin anumite metode prestabilite și folosind un anumit set de cuvinte, însă nu mulți sunt profesorii care știu să predea în funcție de elev, adaptându-se la abilitățile și înclinațiile sale și folosindu-și propriile cuvinte. Probabil că nu există mai deloc.

Primii doi ani i-am irosit căutând în van un instructor. Fiecare instructor în parte mai modifica ceva la tehnica mea, drept pentru care a ieșit o mare brambureală. În cazuri extreme, nu mai reușeam să înot deloc. Evident, mi-am pierdut încrederea în mine și nici nu se mai punea problema să particip la competiții.

Tocmai când începeam să mă resemnez că n-am să-mi corectez niciodată stilul, lucrurile au început să se miște. Soția mea a fost cea care mi-a găsit un instructor. Ea, care habar nu avea să înoate, dăduse de o tânără instructoare de înot la sala unde mergea, iar acum înota incredibil de bine.

Prin urmare, mi-a recomandat-o și mie.

Aceasta m-a privit o vreme cum înot, după care m-a întrebat în ce scop vreau lecțiile. „Vreau să particip la triatlon”, i-am răspuns eu. „Deci craul de fond în mare, da?” m-a întrebat ea. „Exact. Nu mă interesează viteza pe distanțe mici.” „Am înțeles.

E simplu când elevul știe exact ce vrea.”

Și așa am început lecțiile particulare. Asta nu înseamnă că a trebuit să renunț la ce știam și să reconstruiesc totul din temelii. Mie unul mi se pare că, din punctul de vedere al profesorului, este mult mai greu să remediezi stilul cuiva care se descurcă să înoate cât de cât, decât să lucrezi cu cineva care nu știe deloc să înoate și e ca o coală albă de scris. Nu e deloc ușor să te descotorosești de greșelile cu care te-ai deprins deja.

De aceea, ea nu a intrat în forță cu o remodelare totală, ci a luat fiecare mișcare mărunță în parte, una câte una, și le-a corectat în timp.

Particularitatea abordării sale e că nu încearcă să te învețe să faci din prima totul corect, ca la carte. De exemplu, ca să te învețe cum să-ți rotești corect corpul, ea te pune mai întâi să înoți fără răsuciri. Cei care învață singuri craul au tendința să le conștientizeze și să le exagereze. Dar așa rezistența apei e mai mare și îți scade viteza.

Irosești energie. De aceea, ea te învață mai întâi să înoți drept ca o scândură, fără rotiri, adică exact opusul a ceea ce spun manualele de natație.

Se înțelege de la sine că așa nu se înoată prea ușor. Te simți din cale afară de stângaci. Dar dacă faci ce ți s-a spus și exersezi cu încăpățănare, începi să te descurci și cu stilul acela illogic și foarte anapoda.

În acel moment, ea introduce ușor mișcarea de rotire. Puțin câte puțin. Și nu îți atrage atenția că se exersează răsucirea corpului, ci doar te învață cum să faci o anumită mișcare. Elevul nici nu știe care e scopul exercițiului, ci doar își mișcă conștiincios acea parte a corpului. Dacă e vorba de rotit umărul, doar asta faci, te pune să-ți rotești umărul până te saturi. Poți să-ți petreci toată ziua făcând numai asta. E foarte obositor și ai senzația că o faci în van. De-abia mai târziu realizezi la ce a folosit totul. Toate piesele se îmbină, se formează o imagine de ansamblu și înțelegi rolul pe care l-a jucat fiecare parte. Se face ziuă, se luminează cerul și începi să distingi tot mai limpede forma și culoarea acoperișurilor caselor, pe care până atunci le vedeai ca prin ceață.

Seamănă cu exercițiul la baterie. Zile în șir nu exersezi decât la toba mare. Apoi stai zile în șir la cinele. Treci apoi la tom-tom... Monoton și plictisitor la culme, însă când le îmbini pe toate, rezultă un ritm curat și închegat. Dar ca să ajungi acolo, trebuie să strângi fiecare șurub în parte cu putere, cu încăpățănare, cu răbdare. Sigur, asta îți ia mult timp, dar în unele cazuri, să investești timp în ceva e drumul cel mai scurt. Iar în acest fel, după

un an și jumătate, am ajuns să înot mult mai elegant și eficient pe distanțe mari.

În plus, în tot acest răstimp, am realizat un lucru: motivul pentru care nu reușeam să respir cum trebuie la craul în timpul competițiilor era, de fapt, hiperventilația. Am avut exact aceleași simptome și înotând în bazin și așa mi-am dat seama. Înainte să încep cursa, respiram prea adânc și prea repede, probabil din cauza încordării. Trăgeam în plămâni prea mult oxigen, prea repede și de aceea, când porneam în cursă, începeam să gâfâi și îmi dădeam ritmul peste cap.

În momentul în care am identificat cauza, m-am simțit mult mai liniștit. Acum știu că trebuie să am grijă și să nu-mi mai provoc hiperventilație.

Înainte să începă competiția, e bine să intru în mare și să înot puțin ca să-mi pregătesc și corpul, și psihicul. Respir temperat, ca să nu mai hiperventilez și-mi pun palmele la gură, ca să nu inspir prea mult oxigen. Îmi spun: „Gata, totul e în regulă. Mi-am corectat și tehnica, nici nu se compară acum.”

Iar în 2004, după patru ani de zile, mi-am încercat din nou forțele la triatlonul Murakami. Am început cursa plin de nerăbdare. La semnal, toți au plonjat în apă, iar cineva m-a lovit cu piciorul într-o parte. Am tresărit. Spaima ca nu cumva să ratez din nou cursa mi-a străfulgerat prin minte.

Am înghițit puțină apă. Am ezitat dacă să trec sau nu la bras, dar mi-am revenit. Nu, nu e cazul.

Sigur o să fie bine, mi-am zis eu. Mi-am calmat respirația și am început din nou mișcările de craul.

Am încercat să mă concentrez mai mult asupra expirației în apă decât asupra inspirației. La urechi mi-a ajuns bolborositul atât de familiar. Da, e bine așa. Am simțit cum corpul meu se întinde bine pe valuri.

Așa am reușit să-mi înfrâng panica și să termin cu bine triatlonul. Din cauza pauzei îndelungate și pentru că nici nu mă antrenasem la bicicletă, rezultatul n-a fost prea bun. Dar scopul meu principal fusese să spăl rușinea abandonului, scop pe care l-am atins. Ce am simțit în acel moment a fost o mare ușurare.

Problema cu hiperventilația m-a făcut să descopăr că, deși eu unul mă credeam destul de nepăsător, am și o latură hipersensibilă. Nici măcar nu-mi dădusem seama cât de încordați îmi erau nervii înainte să se dea startul. Ca toată lumea, de fapt. La orice vârstă ai ajunge, atâta timp cât ești încă în viață, tot o să descoperi mereu lucruri noi despre tine. Oricât ai sta dezbrăcat în fața oglinzii, n-o să vezi niciodată până în adâncul tău.

Iar acum, duminică, 1 octombrie 2006, la ora 9:30, într-o dimineață senină de toamnă, stau din nou pe malul mării în orașul din prefectura Niigata și aștept să se dea startul la triatlon. Sunt încordat, dar am grijă să nu cad pradă hiperventilației. Ca să fiu sigur, îmi mai verific o dată echipamentul. Brățara de monitorizare computerizată e prinsă bine de gleznă. M-am uns cu vaselină ca să pot scoate ușor costumul de înot după ce ies din apă. Mi-am făcut atent și încălzirea. Am băut apă cât trebuie. Am fost la toaletă. Nu mi-a scăpat nimic. Sper.

Fiindcă am luat parte de mai multe ori la competiția aceasta, sunt vreo câteva persoane pe care le știu din vedere. Cât aștept să se dea startul, dau mâna cu ei și schimbăm câteva cuvinte. Eu nu am o fire prea sociabilă, dar cu atleții de la triatlon pot să discut foarte relaxat. În societatea în care trăim, noi suntem o tagmă aparte. Ia gândiți-vă. Majoritatea avem o slujbă și o familie și, în plus, facem zilnic antrenamente de înot, ciclism, alergare – antrenamente serioase chiar. Sigur, asta ne cere timp și energie. Văzut prin prisma valorilor obișnuite, nu se poate spune că e un trai normal.

Ar fi de înțeles cumva să fim etichetați drept ciudați și excentrici. Poate că solidaritate e mult spus, dar printre noi există un aer cald de comuniune, ca o ceață subțire care plutește deasupra munților la sfârșitul primăverii. Fiind vorba de o întrecere, există și spirit de competiție între noi, dar cred că pentru triatloniști, participarea la cursă înseamnă mai mult un ritual de reafirmare a acestui sentiment de comuniune, decât competiție.

Din acest punct de vedere, triatlonul din e foarte convenabil pentru noi. Nu sunt chiar atât de mulți participanți (cam trei-patru sute) și nici organizarea nu e prea pompoasă. E doar un triatlon de casă, dintr-un orașel de provincie. Oamenii ne sprijină cu căldură. Îmi place atmosfera liniștită, neîncărcată. Asta nu are nici o legătură cu competiția, dar în zonă sunt și izvoare termale bogate, mâncarea e gustoasă, sake-ul local e bun (mai ales Shimeharitsuru). De când vin aici mi-am făcut și câteva cunoștințe în zonă. Unele chiar vin până la Tokyo special ca să mă încurajeze la competiții.

La ora 9:56 se dă semnalul de start. Toată lumea începe simultan să înoate craul. E momentul de maximă tensiune.

Mă arunc și eu cu capul în apă și încep să bat apa cu picioarele și să-mi mișc brațele. Îmi alung din minte gândurile care nu-și au locul și mă concentrez mai mult asupra expirației decât asupra inspirației. Inima îmi bate cu putere. Nu reușesc să-mi mențin ritmul. Corpul mi se crispează un pic. Ca de obicei, cineva mă lovește, de data aceasta în umăr. Cineva a ajuns deasupra mea și se sprijină pe spatele meu, ca o țestoasă cățărata pe carapacea altei țestoase. Din cauza asta, înghit niște apă. Nu multă. Îmi spun că nu am de ce să mă îngrijorez. Nu am voie să mă panichez. Cel mai important lucru e să respir regulat. Fac asta și simt cum corpul mi se relaxează treptat. Da, așa mai merge. Așa trebuie s-o țin mai departe.

Odată ce reușesc să prind ritmul, tot ce trebuie să fac e să-l mențin.

Dar în scurt timp – lucru de care nu pot să scap la triatlonuri – îmi iese în cale și acel pericol neprevăzut care mă pândește. Ridic capul ca să văd în ce direcție înot, dar realizez cu surprindere că nu văd bine. Mi s-au aburit ochelarii. Văd neclar, ca printr-o ceață groasă. Mă opresc și încerc să-i curăț cu mâna, călcând apa pe loc. Dar tot nu se vede bine. Ce să se fi întâmplat? E aceeași pereche de ochelari pe care o folosesc mereu. Am și exersat destul cum să mă asigur în ce direcție înot. Ce putea să se întâmple? Mi-am dat seama: nu m-am spălat pe mâini mai devreme, după ce m-am uns cu vaselină, și am șters lentilele cu mâna murdară. Ce idiotenie! Întotdeauna îmi

curăț ochelarii cu salivă înainte să începă cursa, ca să nu se aburească pe interior. Doar acum am uitat și asta.

Pe tot parcursul celor 1500 de metri, ochelarii mi-au dat de furcă. Am tot deviat de la curs, iar asta m-a costat mult timp. Din când în când a trebuit să mă opresc, să-i scot și să văd în ce direcție s-o apuc, călcând apa. Imaginați-vă un copil care încearcă să nimerească o țintă legat la ochi și o să vă dați seama în ce situație eram.

Dacă stau să mă gândesc, poate că mai bine îmi scoteam de tot ochelarii. Puteam să-mi văd de înotat și fără ei. Dar atunci eram prea agitat și nu mi-a venit ideea asta. Prin urmare, proba de înot a fost foarte precipitată. Am scos un timp mai prost decât anticipasem. M-am antrenat foarte serios și trebuia să fiu în stare să înot mai repede.

Dar măcar n-am abandonat, n-am rămas chiar ultimul și în orice caz, am reușit să-o termin, iar când înotam drept, pot să spun că m-am descurcat foarte bine.

Am ieșit pe plajă, m-am dus drept la bicicletă (sună simplu, dar e foarte greu), am dezlipit de pe mine costumul rigid de înot, mi-am pus pantofii, casca și ochelarii pentru ciclism, am băut apă pe săturate și am pornit la drum. Toate aceste mișcări le-am făcut mecanic. Până mai adineauri înotam în mare, iar acum m-am trezit pe bicicletă, pedalând cu treizeci de kilometri la oră. Oricât de multe ori aș face asta, tot mi se pare ciudat. Pe bicicletă îți simți altfel greutatea corpului, ai altă viteză, întâmpini altă rezistență și folosești cu totul alți mușchi. Parcă eram o salamandră care a evoluat brusc în struț. Mintea mea nu a putut să se adapteze atât de rapid schimbării. Îmi simțeam și corpul dezorientat. Până să-mi găsesc eu ritmul, m-am și trezit depășit de șapte oameni. Mi-am zis că așa nu se poate, dar până la punctul de întoarcere tot n-am depășit pe nimeni.

Traseul de ciclism se întinde pe o parte renumită a liniei de coastă, numită Sasagawa Nagare, un loc pitoresc, cu stânci cu forme ciudate care se înalță maiestuos din mare (nu că aș fi avut timp să admir peisajul). Din Murakami, traseul merge către nord de-a lungul coastei, la granița cu prefectura Yamagata vine punctul de întoarcere, apoi urmează același drum înapoi. Sunt câteva suișuri și coborâșuri, dar nici o pantă atât de abruptă încât să-mi dau duhul. Mă concentrez să mențin un ritm constant, fără să-mi pese dacă depășesc sau sunt depășit, și pedalez într-o treaptă ușoară.

Duc regulat mâna la sticlă și iau câte o gură de apă. Încetul cu încetul, mă acomodez cu bicicleta.

Capăt încredere și de la punctul de întoarcere, schimb într-o treaptă mai ridicată, bag viteză și depășesc șapte oameni în a doua jumătate a cursei.

Vântul n-a bătt tare și am putut să pedalez cu toată puterea. Când e vânt puternic, bicicliștii cu puțină experiență, ca și mine, se demoralizează, îți trebuie ani de experiență și o tehnică pe măsură ca să știi cum să-l folosești în favoarea ta.

Altfel, fără vânt, totul se reduce la o chestiune de forță în picioare. Până la urmă am terminat cei patruzeci de kilometri mai rapid decât mă așteptam,

iar după aceea m-am schimbat în iubiții mei pantofi de alergare și am trecut la alergat.

Se pare că m-am lăsat dus de val și am pedalat prea repede pe a doua jumătate, pentru că trecerea la alergare a fost destul de dură. În mod normal în ultima parte a probei de ciclism îmi conserv energia voit ca să o folosesc la alergare, dar în timpul cursei nu m-am mai gândit la asta. M-am avântat direct cu viteză maximă și nu e de mirare că nu mai puteam să-mi mișc picioarele cum voiam.

Mintea le ordona să alerge, dar mușchii nu ascultau.

Alergam, dar nu simțeam deloc că alerg.

Cu mici diferențe, cam același lucru mi se întâmplă mai mereu la triatlon. Mușchii forțați pe bicicletă mai bine de o oră rămân în continuare pregătiți de funcționare, motiv pentru care cei de care am nevoie la alergat nu se pun în mișcare.

Până schimb macazul de la unii la alții trece ceva timp. Pe primii trei kilometri am ambele picioare înțepenite de tot, dar apoi reușesc să trec în postura de alergare. Doar că de data aceasta a durat mai mult ca de obicei. Dintre cele trei probe, alergarea este punctul meu forte și de obicei pe bucata aceasta depășesc lejer în jur de treizeci de concurenți, dar acum lucrurile au stat altfel. N-am depășit decât vreo zece, cincisprezece. Dar data trecută am pierdut mult teren la ciclism, iar acum am reușit să recuperez. Nu mi-a convenit că am avut un rezultat slăbuț la alergare, dar măcar nu mai era o discrepanță atât de mare între probele la care eram bun și cele la care nu eram, iar timpii scoși erau mai uniformi. Poate că asta însemna că, în sfârșit, începeam să capăt alură de triatlonist.

Iar asta chiar mă bucura.

Am străbătut străzile vechi și frumoase ale orașului alergând din răspuțeri, încurajat de uralele localnicilor (presupun că erau localnici), și am stors tot din mine când am trecut linia de sosire. A fost un moment minunat. Cu toate gândurile negre și pățaniile neașteptate din timpul cursei, odată ce trec cu bine linia de sosire, totul se șterge cu buretele. După ce mi-am tras sufletul, am dat mâna zâmbind cu concurentul cu numărul 329, cu care mă luasem la întrecere încă de la proba de ciclism și ne tot depășiserăm unul pe altul. Felicitări. Chiar la final am sprintat și mai aveam puțin să-l întrec, dar a terminat cu trei metri înaintea mea. De două ori mi s-au dezlegat șireturile și a trebuit să mă opresc și să le înnod la loc, pierzând astfel timpul. Dacă n-aș fi pățit asta, l-aș fi întrecut (mă iluzionez eu). Evident, vina este doar a mea, pentru că nu mi-am verificat cum trebuie pantofii înainte de cursă.

În el. Că ajută la ceva sau nu, că dau bine sau nu, la urma urmei, lucrurile cu adevărat importante pentru noi sunt de cele mai multe ori cele care nu se văd (dar se simt în suflet). Și nu rar se întâmplă ca lucrurile de valoare să le obții doar prin fapte ineficiente. Oricât de zadarnice ar fi ele, prostesți sigur nu sunt. Asta cred eu. Asta simt, asta știu din experiență.

Sigur, nici eu nu știu cât pot s-o țin așa, cu ciclul acesta de preocupări ineficiente. Dar am ajuns până aici cu multă tenacitate, fără să mi se acrească și asta am să fac și mai departe, cât se va mai putea. Pe mine,

cursele de fond m-au format, m-au modelat (într-o anumită măsură, de bine, de rău), și dacă e posibil, vreau să trăiesc și să îmbătrânesc alături de ele. Nu spun că e cumpătat, dar e și acesta un stil de viață. Oricum, e prea târziu ca să-l mai schimb acum.

Acestea sunt gândurile care îmi treceau prin minte conducând înapoi către casă.

În iarna aceasta, am de gând să mai particip la un maraton, undeva pe glob. Iar la anul, în vară, am să înfrunt un alt triatlon. Așa se schimbă anotimpurile, așa trec anii. Mai îmbătrânesc cu un an, mai scriu o carte. Iau pe rând fiecare sarcină pe care o am în față și mă străduiesc să o rezolv. Mă concentrez asupra fiecărui pas înainte.

Dar în tot acest timp, încerc să văd lucrurile în perspectivă, să cercetez priveliștea cu privirea până în depărtări. La urma urmei, sunt un alergător de cursă lungă.

Timpii personali, clasamentul, înfățișarea, felul în care sunt evaluat, toate acestea ocupă o poziție secundară. Pentru un alergător ca mine, cel mai important lucru e să calc fiecare linie de final, una câte una. Să știu că am făcut tot ce-am putut și am îndurat ce era de îndurat. Să învăț lecții concrete – nu contează cât de mărunte, concrete să fie – din eșecuri și din bucurii. Iar într-un final, după un timp, după niște ani, la capătul mai multor curse, să ajung într-un loc de care să fiu mulțumit.

Sau măcar în vecinătatea unui asemenea loc. (Da, cred că e mai bine spus așa).

De-ar fi ca pe piatra mea funerară să scrie ceva și de-ar fi să pot alege eu acea inscripție, așa aș vrea să arate:

Haruki Murakami.

Scriitor (și alergător)

Cel puțin n-a mers niciodată.

Este ceea ce-mi doresc eu acum.

Postfață.

Pe drumurile lumii.

După cum am notat la începutul fiecărui capitol, însemnările incluse în acest volum au fost scrise între vara lui 2005 și toamna lui 2006. Nu le-am scris dintr-o răsuflare, ci printre picături, în timp ce lucrăm la altceva, punându-mi de fiecare dată întrebarea: „la să vedem, la ce mă gândesc eu acum?” Prin urmare, nu a rezultat o carte lungă, dar a trecut mult timp de când m-am apucat de ea și până am terminat de scris, iar după aceea au mai durat ceva și corecturile.

Până acum am publicat diverse însemnări de călătorie și eseuri, dar nu am prea multă experiență în materie de vorbit deschis despre mine pe o anume temă și de aceea am avut mare grijă să aranjez totul cum trebuie. Pe de o parte nu am vrut să vorbesc prea mult despre mine, dar dacă nu vorbeam deschis despre lucrurile pe care trebuia să le abordez, nu mai avea sens să scriu această carte. A trebuit să revizuiesc de mai multe ori manuscrisul ca să reușesc să găsesc acest echilibru fragil.

Eu văd această carte ca pe un volum de memorii.

Nu o pot numi chiar o istorie personală, dar nici colecție de eseuri. Cu riscul de a repeta ce am spus și în prefață, ceea ce am încercat să fac a fost ca, prin intermediul alergării, să pun puțină ordine, așa cum m-am priceput, în felul în care mi-am trăit acest sfert de secol ca scriitor și ca orice alt om obișnuit, de pretutindeni. Cât trebuie să se rezume un scriitor strict la romanele lui și cât să-și facă publică propria lui voce sunt standarde care diferă de la om la om, care nu sunt bătute în cuie. Scriind această carte, ce am sperat eu a fost să-mi descopăr propriile mele standarde. Încă nu sunt convins că am reușit acest lucru, dar când am terminat de scris, am avut senzația că am scăpat de o povară pe care o purtam în spinare de multă vreme. Cred că pentru mine a fost exact momentul oportun să scriu această carte.

De când am terminat acest volum, am mai participat la câteva competiții. La începutul lui 2007 aveam în plan să particip la un maraton în țară, dar chiar cu puțin înainte am răcit (lucru straniu) și n-am mai putut să alerg. Ar fi fost al douăzeci și șaselea maraton. Până la urmă, sezonul din toamna lui 2006 până în primăvara lui 2007 s-a încheiat fără nici un maraton. E un fapt pe care îl regret, dar îmi propun să îndrept lucrurile în sezonul viitor.

În schimb, în luna mai am participat la triatlonul din Honolulu. E o competiție de nivel olimpic, pe care am reușit s-o finalizez fără probleme și cu plăcere. Și timpul mi s-a îmbunătățit puțin față de cursa anterioară. Fiindcă locuiam din nou în Honolulu de un an de zile, am profitat de ocazi (!; fi m-nm itiiK i im m „(lulml de pregătire pentru triatlon”. Timp de l rci luni dn/il. V de trei ori pe săptămână, am făcut antroiiianu-nli' nIAlm i de localnicii din Honolulu. Programul acestu mi n lohl de un real folos și chiar mi-am făcut și câțiva prieteni („tri-amici”) în cadrul grupului.

Așa arată acum ciclul vieții mele - cu maratoane în perioada rece a anului și triatlonuri vara. Pentru mine nu există extrasezon, așa că sunt mereu prins cu câte ceva, dar nici prin cap nu-mi trece să mă plâng de faptul că bucuriile mele în viață sunt tot mai numeroase.

Sincer să fiu, aș fi curios să-mi încerc mâna și la o competiție de talia triatlonului Ironman, dar așa ceva sunt convins că mi-ar cere mult timp pentru antrenamentele zilnice și mi-e teamă că m-ar distra de la ocupația mea principală. Din același motiv nu m-am orientat nici în direcția ultramaratonului. Principalul motiv pentru care fac mișcare e ca să-mi mențin și să-mi îmbunătățesc forma fizică pentru a putea scrie cum trebuie, deci să tai din timpul alocat scrisului și să-l folosesc pentru competiții sau antrenamente ar însemna să pun căruța înaintea boilor. Tocmai de aceea, am încercat să urmez o cale de mijloc.

Alergând de un sfert de secol, pot să spun că am rămas cu ceva amintiri.

Și acum îmi mai amintesc bine cum am alergat prin Central Park în 1984, alături de scriitorul John Irving.

Pe atunci îi traduceam romanul *Setting Free the Bears* și când am ajuns la New York, i-am cerut un interviu.

Mi-a spus că era ocupat și nu avea timp, dar dacă eram dispus să ies dimineața la jogging cu el în Central Park, puteam să vorbim atunci. Am alergat împreună prin parc și am vorbit despre o groază de lucruri.

Evident, n-am putut să înregistrez discuția și nici să-mi iau notițe, așa că tot ce-mi mai amintesc acum e cum alergam umăr la umăr prin aerul proaspăt al dimineții.

Prin anii '80, pe când ieșeam zilnic la jogging în Tokyo, mă întâlneam des pe drum cu o fată foarte frumoasă. Ani la rând am tot trecut unul pe lângă celălalt, așa că am ajuns să ne știm din vedere și de fiecare dată când ne întâlneam ne salutăm zâmbind, dar până la urmă n-am stat niciodată de vorbă (din timiditate) și, evident, nici n-am aflat cum o cheama.

Dar întâlnirea cu ea în fiecare dimineață era una din micile mele bucurii de atunci. Fără astfel de mici plăceri, nu știu cum m-aș fi putut ține zilnic de alergat.

O altă experiență care mi-a rămas întipărită în suflet a fost când am alergat în Boulder, Colorado, alături de Yuko Arimori, medaliata cu argint la Jocurile Olimpice de la Barcelona. A fost doar o alergare ușoară, dar cum tocmai sosisem din Japonia, alergând dintr-odată la o altitudine de aproape 3000 de metri, plămânii au început să se plângă, m-a luat cu amețeală, mi s-a uscat gâtul și n-am fost în stare să țin pasul cu ea. Ea mi-a aruncat doar o privire calmă și m-a întrebat: „S-a întâmplat ceva, domnule Murakami?”

Lumea profesioniștilor e o lume dură (deși ei sunt oameni foarte drăguți). După trei zile însă, m-am obișnuit cu aerul rarefiat și am putut să mă bucur în voie de alergările pline de prospețime din Munții Stâncoși.

Faptul că alergând am putut cunoaște tot felul de oameni e o altă mare bucurie de-a mea. Foarte mulți m-au ajutat și m-au încurajat. Acesta este momentul în care ar trebui să-mi exprim gratitudinea față de ei, ca la decernarea premiilor Oscar, dar sunt prea mulți ca să-i înșir pe toți și n-au nici o legătură cu majoritatea cititorilor, așa că am să mă rezum la următoarele cuvinte.

Titlul acestei cărți se bazează pe cel al volumului de nuvele Despre ce vorbim când vorbim despre iubire[^] al lui Raymond Carver, scriitor pe care eu îl admir și îl respect[^]. Îi mulțumesc soției sale, Tess Gallagher, care mi-a dat cu drag permisiunea să folosesc acest titlu. Îi sunt profund recunoscător și lui Midori Oka, editoarea mea care a așteptat răbdătoare mai bine de zece ani să finalizez acest manuscris.

Iar în final, aș vrea să dedic această carte tuturor alergătorilor pe care i-am întâlnit pe drumurile lumii, alergători care m-au depășit sau pe care i-am depășit.

Fără voi, n-aș fi putut să alerg atâta vreme.

Haruki Murakami.

August 2007

SFÂRȘIT

1. What We Talk About When We Talk About Love, 1981 (Polirom.
— N.r.
2. Titlul original al cărții este What I Talk About When I Talk About Running. Din motive de eufonie, am preferat traducerii lui exacte varianta propusă de ediția franceză (n.r.).