

## ПРЕДГОВОР

Катастрофата идва изневиделица. В един миг се чувствам чудесно, въртя педалите с пълна сила и се нося напред въпреки проливния дъжд. В следващия усещам леко друсване и лявата ми ръка се изплъз-ва от мократа дръжка. Излитам от седалката и се премятам във въздуха. За кратко се намирам в безтегловност, а после – бам! Главата ми се удря силно в земята, тялото ми се носи пет-шест метра през локвите, коляното и едното ми рамо се ожулват до кръв, а велосипедът се стоварва отгоре ми. Десният ми крак все още е закачен за педала.

Лежа по гръб, усещам в устата си вкус на кръв, а дъждът шиба в лицето ми. С мъка освобождавам крака си и се повдигам с помощта на дясната ръка, която ми се струва по-малко пострадала. Някак успявам да заема седнало положение. Свивам лявата си ръка в юмрук и болката ме стрелва чак до рамото. Кожата е като одрана и кръвта се смесва с водата на малки вадички. Лявото ми коляно изглежда по същия начин. Опитвам да го сгъна – лоша идея. Очите ми се затварят, а зад тях изригва пулсиращо пурпурно зарево, което блъсва и в ушите ми. Поемам дълбоко дъх, изпускам го бавно. Мисля си за над хилядата часове тренировки, които съм положил, за да стигна дотук. Трябва да се изправя, да продължа. Това е състезание. Трябва да се върна в него. Сетне погледът ми се спира върху левия педал. Той е напълно разбит, на черни късчета, въргалящи се наоколо. До края на днешния етап остават още двеста и двацет километра. Достатъчно трудно е да ги мина и с два изправни педала. Но само с един? Невъзможно.

На Големия остров на Хаваите тепърва се разсъмва, а аз се намирам на безлюден участък от шосето, известно като Червения път заради настилката си от червена сгурия, късчета от която сега са забити дълбоко в кожата ми. Само допреди секунди съм бил водач в класирането, на около 55-ия километър от общо 276-километровата дистанция на втория ден на световния шампионат „Ултрамен“. Маршрутът на триатлона е общо 515 километра и обикаля целия остров. Това е изпитание за издръжливост, в което можеш да влезеш само с покана – участието е ограничено до трийсет и петима състезатели, достатъчно жиливи или достатъчно луди, за да се подложат на него. Ден първи включва 10 километра плуване в океана, последвано от 145 километра велосипеден преход. Ден втори представлява 276 километра колоездене. Кулминацията на събитието е

Ден трети, 84-километров маратон през нажежените вулканични полета по крайбрежието на Кона.

Това е второто ми участие в „Ултрамен“ – първото беше едва преди година, и очакванията ми са високи. Предния път потресох спорт-ната общност, като се появих от нищото на почтената възраст от четирийсет и две, и заех приличното единайсето място след само шест месеца сериозни тренировки. И то на фона на десетилетия злоупотреба с наркотици и алкохол, които едва не костваха моя живот и този на други. Преди физическите ми усилия се ограничаваха до това да внеса въщи торбите с покупки или може би да преместя фикуса.

До онова първо състезание всички ме убеждаваха, че за човек като мен е смахнато, дори глупаво да се пробва в авантюра като „Ултрамен“. В крайна сметка те виждаха в мен улегнал адвокат на средна възраст с жена и деца, който, вместо да си гледа кариерата, е тръгнал да гони вятъра. Да не говорим за факта, че аз тренирах – и възнамерявах да се състезавам – на изцяло растителна диета. Абсурд, казваха ми. *Веганите са кльощави слабаци, неспособни на никакво по-атлетично занимание от това да играят пинг-понг. В растенията няма протеини, просто забрави.* Аз ги чувах, разбира се. Но дълбоко в себе си знаех, че мога да успея.

И го направих. Доказах им, че грешат, като се опълчих не само на „средната възраст“, но и на привидно непоклатимия стереотип относно физическите способности на хората, живеещи на растителна храна. И ето че сега отново бях тук – за втори път.

Започнах надпреварата в страхотна форма. Завърших 10-километровото плуване през залива първи, финиширайки в Киуху цели десет минути преди следващия си конкурент. Отбелязах шестото най-добро време в това изпитание за цялата двайсет и пет годишна история на „Ултрамен“. В края на 80-те се бях състезавал като плувец в Станфорд, така че резултатът не представляваше чак такава изненада. Но колоезденето? Това бе съвсем различна история. Допреди три години аз дори не *притежавах* колело, камо ли да се *състезавам* с него. А и след като се бях борил два часа и половина със силните океански течения, крайниците ми тегнеха от умора. Дробовете ми пареха от солената вода, а гърлото ми дращеше, сред като поне шест пъти бях повърнал закуската си в залива Каилуа. Очаквах ме 145 километра през гореща влага и бурни

насрещни ветрове до Националния парк на вулканите. Сметките изглеждаха прости. Беше само въпрос на време, преди опитните велосипедисти да наваксат изоставането и да ме задминат по изнурителното изкачване с хиляда и двеста метрова денивелация. Постоянно се озъртах назад, напълно очаквайки да видя трикратния шампион на „Ултрамен“, бразилеца Алесандре Рибейро, да се носи като хищен ястреб по петите ми. Но той не се появяваше. Всъщност през целия ден изобщо не ми се мярна друг състезател. Едва можех да повярвам, докато правех последния завой и късах финалната лента, зад която от буса на поддържащия екип възбудено ръкомахаха жена ми Джули и доведеният ми син Тайлър. Бях спечелил първата фаза на състезанието! Те скочиха от буса и се хвърлиха към мен, а аз, просълзен, зарових лице в прегръдките им. Още по-шокиран останах от това колко дълго трябваше да чакам финиширането на втория след мен – цели десет минути! *Водех във временното класиране на „Ултрамен“ с десетминутна преднина!* Това не беше просто сбъдната мечта, аз бях оставил незаличима следа в анализите на спортовете за издръжливост. За човек като мен – съпруг и баща на средна възраст, хранещ се с растения – особено след всичко, с което се бях сблъскал и преодолял, постижението бе наистина забележително.

И така, в предутринния здрач на Ден втори всички очи бяха вперени в мен, докато чаках заедно с останалите колоездаци пред стартовата линия в Националния парк на вулканите. Валеше студен дъжд и всички бяхме напрегнати като пружини. Щом изстрелът прозвуча, най-добрите изскочиха устремно напред, мъчейки се да сформират челна група. Слабо е да се каже, че не бях подготвен да започна 276-километровото трасе с експлозивен спринт. Не бях загреял предварително и бързото начално темпо ме свари напълно неподготвен. Скоростта надолу по склона на вулкана достигна близо осемдесет километра в час и аз с всички сили се мъчех да запазя позицията сред водачите, но мускулите на краката ми бързо се раздуха от отделящата се млечна киселина и постепенно изостанах.

За това начално, трийсеткилометрово спускане е важно да се движиш в аеродинамичния „джоб“, образуван от другите състезатели – така можеш да спестиш огромна част от усилията си. Най-лошият вариант е да те откъснат и да се превърнеш във вълк единак, борещ се срещу съпротивлението на вятъра само със собствената си енергия. Но тъкмо това се случи с мен. Бях във водещата глутница, но все още далеч пред догонващата група. И се чувствах не толкова като вълк, колкото като

прогизнал плъх. Премръзнал, озлобен от лошия си старт и вече запъхтян, макар да ме чакаха още цели осем часа непосилна езда. Дъждът допълнително влошаваше положението, още повече че бях забравил непромокаемите гамаши за обувките си. Сега те се мокреха и краката ми бяха като лед. По принцип понасям много неща, включително и болка, но мокрите, студени крака направо ме влудяват. Хрумна ми да изчакам следващата група да ме настигне, но това означаваше да се забавя твърде много. Единствената ми опция бе да упорствам сам напред.

Щом се озовах в края на спускането, свърнах към югоизточния край на острова. Слънцето тъкмо изгряваше и докато изляза на Червения път, най-сетне започнах да усещам благодатната му топлина. Този участък е единственият от целия маршрут, където поддържащите екипи на състезателите не се допускат. Тоест няма съпровождащи автомобили. Двайсет и пет километра си сам сред пустошта. Не виждах други колоездачи, докато се носех през този пищен и красив, но дяволски коварен терен. Шосето бе осеяно с дупки, имаше трудни завои, а изпод гумите постоянно хвърчаха дребни камъчета. Насред пълната самота пробвах да се концентрирам върху усилието да въртя педалите. Тишината на тропическото утро се нарушаваше единствено от собствените ми мисли за това колко съм мокър. Испитвах също досада по адрес на Джули и останалите от екипа, които бяха пропуснали последното даване на вода преди забранената зона, оставяйки ме сух като чироз отвътре. Тъкмо тогава улучих проклетата бабуна. И се проснах върху сгурията.

Разкопчавам каската и я свалям от главата си. Тя е счупена, точно през средата ѝ се точи дълга пукнатина. Докосвам темето си. Под потната, сплъстена коса скалпът ме наболява. Затварям очи, отварям ги пак и раздвижвам пръсти пред лицето си. Всичките са там, пет на брой. Закривам едното око, после другото. Виждам съвсем нормално. С пъшкане разгъвам коляно и се оглеждам наоколо. Като се изключи някаква птица с дълга шия, жълти гърди и черни пера на опашката, която ровичка земята недалеч от колелото, никъде не се вижда живо същество. Вслушвам се, за да чуя поне приближаването на основната група състезатели. Пак нищо, ако не броим шумоленето на гората край пътя и смътно долитащия шум на плискащите се океански вълни.

Усещам вълна на прилошаване. Поставям ръка върху стомаха си и за минута се съсредоточавам върху неговото повдигане и спускане при всяко

вдишване. Броя до десет, после до двайсет. Каквото и да е, само да отвлека вниманието си от болката в рамото, вече набираща пълна сила, и от раздраната, кървава кожа върху коляното. Гаденето поотслабва. Побиват ме тръпки на студ и пробвам да се поразкърша. Не се получава добре. Чувствам се като Тенекиения човек, отчаяно нуждаещ се от малко смазка. Накрая все пак подгъвам премръзналите си, мокри крака и с пъшкане се изправям. Яхвам велосипеда и натискам единствения останал педал. Каквото и да стане, трябва да мина оставащите километър-два до края на Червения път. Там чакат екипите, там Джули ще ме почисти и превърже раните ми. После заедно ще натоварим велосипеда в буса и ще се отправим обратно към хотела.

Главата ми пулсира, докато трмаво поемам напред. Левият ми крак виси свободно встрани, а от коляното му капе кръв. Небето откъм океана постепенно изсветлява, сивкавобяло над зелената, прогизнала от дъжд земя. Мисля си за хилядите часове, прекарани в тренировки, и за това колко далеч назад е останал онзи затлъстял, тъпчещ се с бургери мъж отпреди две години. Колко дълбоко съм променил не само диетата и тялото си, но и целия си начин на живот – отвътре и отвън. Поглеждам пак счупения педал, сещам се за оставащите 220 километра и си казвам – *невъзможно*. Обземат ме равни части срам и облекчение. За мен това състезание е приключило.

Някак успявам да се дотъртя до края на Червения път и скоро виждам пред себе си чакащите екипи – паркираните коли, разположените край тях запаси и оборудване, готови да откликнат на нуждите на приближаващите състезатели. Сърцето ми започва да бие ускорено и трябва да се насиля да продължа. Предстои ми да се изправя пред жена си и Тайлър, да им кажа какво се е случило и как съм провалил не само себе си, но и тях – своето семейство, жертвало толкова много в подкрепа на тази мечта. *Не е нужно да го правиш – прошепва гласец в мен. – Защо просто не се върнеш обратно? Или още по-добре да се шмугнеш в гъсталака, преди някой да те е забелязал?*

Виждам как Джули притичва напред, за да ме посрещне. Минава секунда, докато осъзнае какво се е случило. Сетне лицето ѝ помръква, изпълва се с тревога. Усещам как в очите ми напират сълзи, и полагам усилие, за да ги сдържа.

В духа на *охана*, което на хавайски ще рече „семейство“, внезапно ме наобикалят половин дузина хора от другите екипи. Още преди Джули да успее да отвори уста, Вито Биала, който поддържа щафетен отбор от трима души, известен под името „Нощният влак“, се материализира от нищото с аптечка в ръка и започва да промива раните ми.

– Трябва да те върнем обратно в играта – заявява спокойно. Той самият е нещо като ветеран и легенда на „Ултрамен“, затова опитвам да събера сили и да му върна сухата усмивка. Но истината е, че не се получава.

– Няма начин – измърморвам малодушно. – Счупих единия педал. Дотук бях.

Посочвам мястото на велосипеда, където се е намирал липсващият ляв педал. И неочаквано изпитвам известно облекчение. Сякаш самото произнасяне на тези думи, споделянето с Вито, че съм решил да се откажа, смъква огромен товар от плещите ми. То вещае лесен и елегантен изход от цялата каша, почивка и топло хотелско легло. Почти усещам допира на чистите чаршафи, меката възглавница под главата си. А утре, вместо да тичам двойния маратон, ще заведе семейството си на плажа.

До Вито се намира шефът на екипа на Кати Уинкълър, Питър Макинтош. Той ме поглежда и примижава с едно око.

– Какъв е педалът?

– „Лук Кео“ – заеквам, чудейки се защо му е притрябвало да знае.

Питър изчезва, а цял отбор механици сграбчват колелото ми и се хвърлят в действие така, сякаш ще връщат на пистата болид от Формула 1. Провеждат пълна диагностика – проверяват рамката за пукнатини, каплите за изкривявания, тестват спирачките и скоростите, размахват ключове и инструменти. Смръщвам вежди. *Какво, по дяволите, правят? Не виждат ли, че съм свършен!*

Секунди по-късно Питър се появява отново, *понесъл в ръка чисто нов педал – досущ като моя.*

– Но аз... – съзнанието ми работи трескаво, за да схване драматичния обрат на събитията. Не това е, което съм планирал. Накрая ми просветва,

че те ме изправят обратно на крака. Очакват от мен да продължа! Някой поставя ръка върху рамото ми и аз болезнено примигвам. Не биваше да става така! Аз вече съм решил. Ранен съм, колелото ми е счупено, значи всичко е приключило, нали?

Джули, която е коленичила и превързва коляното ми, вдига очи и се усмихва.

– Май ще оживееш – промълвява.

Питър Макинтош приключва с монтирането на педала, изправя се и вперва в мен нетрепващ генералски взор.

– Готово. А сега се мятай обратно на колелото и свърши това, за което си дошъл.

Занемявам. Преглъщам с мъка и се озъртам наоколо. Погледите на всички екипи са насочени към мен. Явно очакват да послушам Питър и да скоча обратно на велосипеда. *Да се върна в надпреварата.*

Пред мен има още 220 километра. Дъждът все така вали. Вече съм изгубил аванса пред основната група, както и огромно количество време. Освен че съм напълно паднал духом, съм още ранен, мокър и физически изцеден. Поемам дълбоко дъх и затварям очи. Разговорите и шумът около мен избледняват, отдалечават се, после изчезват напълно. Настава тишина. Остава само биенето на сърцето ми и този дълъг, дълъг път.

Правя каквото трябва. Изключвам онзи коварен глас в главата си, настояващ да се откажа. И яхвам велосипеда. Изглежда, състезанието за мен тепърва започва.

\*\*\*\*\*

### **Линия в пясъка**

Беше хладна, късна октомврийска вечер през 2006г. На другия ден щях да навърша четирийсет. Джули и трите ни деца вече спяха, а аз се мъчех да се насладя на кратките мигове покой във вечно шумния ни дом. Вечерните ми привички включваха отпускане пред огромния телевизор с плосък екран в компанията на чиния чийзбургери. Сега вече я бях отместил встрани и тънех в мъглата на безкрайните епизоди на „Закон и

ред“, дъвчейки никотинова дъвка. Бях се убедил, че това е моят начин за релаксиране. Че го заслужавам след тежкия работен ден и че е напълно безобиден.

В крайна сметка знаех за вредните привички. Осем години по-рано се бях събудил от многодневен, безпросветен запой в един център за наркомани и алкохолици в провинциален Орегон. Оттогава по чудо бях останал трезвен. Ден след ден, просто не посягах към чашката. Не пиех и не вземах дрога. Затова смятах, че съм в правото си от време на време поне да се натъпча като прасе.

Но в онази нощ нещо се случи. Наближаваше два сутринта, аз киснех пред телевизора вече от три часа, натрият в организма ми се покачваше на токсични нива, а калориите се трупаха с хиляди. С претъпкан корем и бръмчащи от никотина уши реших да се надигна от дивана. Отбих се набързо да нагледам доведените си синове Тайлър и Трапър в тяхната стая срещу кухнята. Единият беше на десет, а другият на единайсет – скоро щяха да станат вироглави тийнейджъри, но засега просто бяха просто две момченца в пижами, заспали в двуетажното си легло и сънуващи скейтборди и Хари Потър.

Угасих лампите и започнах да тътря стокилограмовото си туловище към втория етаж, но по средата на стълбището спрях – нозете ми натезаха, дишането ми беше затруднено. По лицето ми изби горещина и трябваше да се наведе, за да си поема дъх. Коремът ми се димплеше над отеснените джинси. Отвратен, се обърнах да преброя стъпалата, които бях изкачил. Те бяха осем. И приблизително още толкова ми оставаха. Осем стъпала. Боже, помислих си, в какво съм се превърнал? На трийсет и девет години да се запъхтя от осем стъпала?

Бавно стигнах догоре и влязох в спалнята, внимавайки да не събудя Джули и двегодишната ни дъщеря Матис, която се бе гушнала до майка си – моите два ангела, осветени от леещата се през прозореца лунна светлина. Наблюдавах ги неподвижно в съня ми, докато чаках пулсът ми да се успокои. По лицето ми рукнаха сълзи и ме обзе объркваща смесица от емоции – най-вече любов, но също и вина, срам, както и внезапен, остър страх. В съзнанието ми проблясна кристално ясният образ на Матис в сватбения ѝ ден – усмихната, обкръжена от гордите си братя и цъфтящата



си майка. Но в този сън наяве нещо липсваше и аз знаех какво е то. Мен ме нямаше. Защото бях мъртъв.

Побиха ме тръпки. Те тръгнаха от основата на врата и бързо се разпространиха по целия ми гръб, съпроводени от чувството за паника. Капка пот капна върху тъмния дървен под, а аз я гледах като хипнотизиран, сякаш бе единственото нещо, подкрепящо ме на де рухна. Малкото, лъщящо петънце, предсказващо мрачното ми бъдеще – че няма да доживея да видя сватбата на дъщеря си.

Престани, казах си. Тръснах глава, поех дълбоко дъх. Отидох до мивката в банята и наплисках лицето си със студена вода. Когато го вдигнах отново, зърнах образа си в огледалото. И замръзнах. От представата, която винаги бях хранил за себе си – млад, красив шампион по плуване – не бе останало нищо. В този миг пердето падна от очите ми и аз за първи път се изправих пред реалността. Бях дебел, отпуснат мъж на средна възраст. Депресиран, живееш нездравословно, самоунищожаваш се и напълно откъснат от онова, което е бил и което иска да бъде.

За страничния наблюдател всичко навярно изглеждаше перфектно. Повече от осем години не бях слагал капка в уста и през този период бях успял да изправя на крака западналото си съществуване, да го превърна в същински пример на американска мечта. Навремето, след дипломирането си от „Станфорд“ и „Корнел“, бях прекарал цяло десетилетие като адвокат по корпоративно право – време на затыпяващи, пришпорвани от алкохола осемдесетчасови работни седмици, тиранични шефове и среднощни купони. Но после бях избягал от това ежедневие към трезвеността и към собствената си бутикова правна кантора, занимаваща се с интелектуална собственост. Имах красива съпруга, която ме обичаше и подкрепяше, както и три чудесни, здрави деца. Заедно бяхме изградили дома на своите мечти.

Какво тогава не беше наред? Защо се чувствах така? Бях сторил всичко, което трябва, че и отгоре. А ето че бях не просто объркан, а буквално в състояние на свободно падане.

Именно в този момент ме обзе дълбокото осъзнаване не просто че трябва да се променя, а че искам да се променя. От своя опит в борбата с

пристрастяванията бях научил, че траекторията на човешкия живот често се свежда до няколко ключови момента – решения, които променят съдбата ти. Добре си давах сметка, че моменти като тези не бива да се пропиляват. Те трябва да се уважават, да се сграбчват на всяка цена, защото, ако изобщо настъпят, то е много рядко. Изпитах ли един от тях, си късметлия. Но ако мигнеш или погледнеш встрани, вратата не просто се затваря, а буквално изчезва. Лично аз за втори път бивах благословен с подобна възможност. Първата бе онзи безценен миг на яснота, предизвикал раздялата ми с алкохола. Гледайки се в огледалото през онази нощ, аз усетих, че порталът се отваря отново. Трябваше да действам.

Но как?

Следва да отбележа, че аз съм човек на крайностите. Не мога да мина само с едно питие. Или не слагам капка в уста, или се натрясквам така, че се събуждам гол в хотелска стая във Вегас без никаква идея как съм попаднал там. Или ставам в пет без петнайсет, за да плувам дължини в басейна – както правех като тийнейджър – или се тъпча с хамбургери до припадък. Не си поръчвам нормално кафе. Трябва да бъде половинлитрова чаша с две до пет дози еспресо вътре, за да ми е забавно. И до днес понятието „баланс“ остава непостижима химера за мен, вечно изплъзващата се любовница, която продължавам да преследвам въпреки нейната явна липса на интерес.

Знаейки това си качество и предвид инструментариума, който бях развил по време на рехабилитацията си, разбрах, че всяка трайна промяна в моя живот трябва да включва строги и измерими параметри. Смътни понятия като „по-здравословно хранене“ или „по-често ходене на фитнес“ нямаше да свършат работа. Нуждаех се от спешен, конкретен план. Трябваше да очертая ясна линия в пясъка.