

V miejsce

„Wychowana wśród niezwykłych”

Gabriela KORDUS

W tym roku kończę 15 lat. Jestem osobą o wielu zainteresowaniach, z dużym poczuciem humoru i bombą pozytywnej energii. Kocham zwierzęta i różnego rodzaju sporty. Próbowałam ich wiele ale zakochałam się w jeździectwie dokładniej skokach przez przeszkody. Do wzięcia udziału w konkursie zachęciła mnie moja polonistka Szanowna Pani Profesor Hanna Posadzy-Tomczak. Kilka miesięcy temu na lekcji wspomniała o konkursie zachęcając do wzięcia udziału. W pierwszej chwili nie sądziłam, że w ogóle wezmę w nim udział, ale kiedy usłyszałam temat konkursu uznałam, że powinnam spróbować. Moja praca opisuje pierwsze lata mojego życia, które spędziłam w gronie polskich sportowców w tym Olimpijczyków. Chciałbym bardzo podziękować za stworzenie tego konkursu bo dzięki niemu uświadomiłam sobie przede wszystkim to jak duży wpływ miało moje dzieciństwo wśród Polskich Olimpijczyków na to kim jestem teraz.

WYCHOWANA WŚRÓD NIEZWYCIĘŻONYCH

Nazywam się Gabriela Kordus i chciałabym opowiedzieć swoją historię.

Na pierwszy obóz do Centralnego Ośrodka Sportu w Cetniewie pojechałam, mając niespełna trzy miesiące. Moja mama, po zdobyciu medalu olimpijskiego i wydaniu mnie na świat, wracała do sportu, a dokładniej na zapaśnicze maty, gdyż jest pierwszą w historii polską medalistką olimpijską w zapasach.

Przez kilka pierwszych lat mojego życia moim domem były ośrodki olimpijskie, więc wychowałam się wśród polskich olimpijczyków.

Pierwsze lata swojego życia znam z opowieści rodziców, babci, cioć i wujków.

Życie sportowca to prawie 300 dni w roku wyjazdów na zgrupowania i zawody. Mój tata też trenował zapasy, ale obozy moich rodziców rzadko odbywały się w tych samych miejscach. W związku z tym, że mama karmiła mnie 8 miesięcy piersią, to na wszystkie wyjazdy jeździłam z mamą i babcią. Babcia, w czasie gdy mama miała treningi, chodziła ze mną na spacer, więc 6 godzin dziennie spędzałam na dworze. Świeże powietrze pobudzało mój apetyt i już wtedy - leżąc w wózek, musiałam uczyć się cierpliwości. Babcia często czekała pod salą zapaśniczą, gdyż matczyne karmidła były na treningu. Na zawodach nie raz byłam odrywana od „talerza” na 6 minut (tyle trwa walka zapaśnicza). Mama bardzo się starała zakończyć walki przed czasem, żebym dokończyła posiłek.

Oczywiście, że nie we wszystkich zgrupowaniach mogłam uczestniczyć; gdy rodzice mieli obóz na drugim końcu świata, babcia zaprowadzała mnie do przedszkola. Tam też było fajnie, ale się wyróżniałam na tle grupy, nie tylko otwartością i samodzielnością. Nie mam talentu do rysowania, lecz od razu było wiadomo, który rysunek jest mój, szczególnie gdy przedstawiał człowieka. Wiadomo, jak dzieci rysują ludzi, kilka kresek i kółko, ale każdy narysowany przeze mnie ludzik miał sportową sylwetkę. Odznaczające się mocno barki, duże bicepsy i solidne mięśnie czworogłowe uda. Ja tylko takich ludzi widziałam, bo tacy ludzie mnie otaczali.

Gdy trochę podrosłam, na wyjazdy już babcia z nami nie jeździła, więc mama czy tata zabierali mnie na każdy trening. Moim placem zabaw były hale, siłownie, stadiony i sale zapaśnicze. Wiedziałam, że w treningu nie można było przeszkadzać, ale pozwalali mi brać udział w rozgrzewkach przed treningiem. Biegałam dookoła maty, naśladując zawodników i starałam się robić wszystkie ćwiczenia tak jak oni. Pamiętam, że to było bardzo męczące, a po przewrotach przez całą matę kręciło mi się w głowie. Pociłam się i męczyłam, lecz widziałam, że to normalne, bo każdy z nich też ciężko oddychał. Po rozgrzewce pytałam trenerów, co mam robić. Dawali mi różne zadania, żebym się nie nudziła. Treningi były bardzo długie, a ja chciałam już zjeść obiad, więc zgłaszałam trenerowi bądź fizjoterapeucie, że idę do stołówki. Byłam taka mała, że nie sięgałam do bufetu, ale panie w stołówce bardzo mi pomagały. Brały mnie na ręce, żebym wybrała sobie, co chcę zjeść, nakładały na talerz

i zaprowadzały do stolika. Pamiętam, że nawet mięsko mi kroił. Gdy mama wracała z treningu, panie mówiły, że Gabi już zjadła.

W dzieciństwie miałam dość ciężkie zabawki. Pamiętam, jak przez cały trening przenosiłam piłki lekarskie z jednego końca sali i wrzucałam je do skrzyni, a następnie z potworem odkładałam je na miejsce. Moimi lalkami były manekiny zapaśnicze. Czasami sadzałam manekiny pod ścianą i udawałam, że robię im herbatkę.

Na zgrupowania jeździł bardzo duży sztab specjalistów: fizjoterapeuci, lekarze, dietetycy czy psychologowie. Z każdym z nich były spotkania i wykłady. Żeby nie zostawała sama, też chodziłam na zebrania. Byłam mała i nie wszystko rozumiałam, ale pomimo tego bardzo mnie interesowało to o czym mówią. Może dlatego, że brałam przykład z zawodników, którzy uważnie słuchali i notowali różne rzeczy. Pamiętam, jak nie raz wszyscy wybuchali śmiechem, kiedy zadawałam pytania. Pan dietetyk Krzysztof Durkalec- Michalski to zapewne miał mnie dosyć. Przy każdym posiłku dosiadałam się do niego ze swoim talerzem i wypytywałam, czy to jest zdrowe i dlaczego. Widziałam, jak zawodnicy dbali o zdrowe odżywianie oraz zbilansowaną dietę. Chciałam być jak oni do tego stopnia, że też w bidonie miałam biało - oczywiście było to skonsultowane z dietetykiem, który wytłumaczył, ile mogę tego wypić (do dzisiaj pamiętam, ile - do 2g na 1kg masy ciała).

Wieczorami ciocie i wujkowie chodzili do fizjoterapeuty, więc ja razem z nimi. Bardzo lubiłam spędzać czas w gabinetach fizjoterapeutycznych. Było tam dużo fajnych "zabawek". Bardzo chciałam pomagać fizjoterapeucie. Z czasem nauczyłam się, jak je obsługiwać i pomagałam podłączać różne urządzenia. Przypatrywałam się, jak masuje zawodników i prosiłam, aby nauczył mnie tej sztuki. Ciocie (zapewne dla zabawy) umawiały się do mnie na masaże. Wtedy wydawało mi się, że jestem w tym dobra oraz że rzeczywiście pomagałam im na ich bóle, bo mówiły mi, że teraz to już je nie boli i że bardzo dobrze masuje. Ja w to wszystko wierzyłam.

Wiedziałam, jak ważne są wizyty u fizjoterapeuty, między innymi aby zapobiegać kontuzjom. Widziałam, jak zawodnicy często doznawali urazów, jak cierpieli nie tylko z bólu, ale z faktu, że nie mogli odpowiednio przygotować się do zawodów i walczyć o marzenia. Widziałam łzy szczęścia oraz łzy porażek.

Bardzo lubiłam, gdy na zgrupowania przyjeżdżała pani Ela z Instytutu Sportu. Robiła zawodnikom badania, a dokładniej określała ich poziom zmęczenia i regeneracji. Przed śniadaniem i na treningach pobierała do szklanych rureczek z płatką ucha krew, wdmuchiwała do probówek i umieszczała w urządzeniu, które określało stężenie kwasu mlekowego i kinazy kreatynowej we krwi. Bardzo mnie to ciekawiło. Pani Ela opowiadała mi o procesach biochemicznych zachodzących podczas treningu. Też chciałam tak badać, więc dostałam rurki oraz pojemniczki i udawałam, że badam swojego misia, któremu na uszku przyklejałam plaster. Bardzo się cieszyłam i czułam się ważna, gdy zawodnicy pozwalali mi pobierać krew z uszu do rurki. Myślę, że to miało bardzo duży wpływ na fakt, że obecnie uczę się w liceum na kierunku biochłogiczo-chemicznym.

W swoim jak na razie krótkim życiu próbowałam wielu sportów, zaczynając oczywiście od zapasów i innych sportów walki, przez sporty indywidualne, po sporty zespołowe.

Od zawsze uwielbiałam zwierzęta. Często w ramach spaceru chodziłam z rodzicami do stajni karmić konie i tak się w nich zakochałam, że od 8 roku życia trenuję jeździectwo, a dokładniej skoki przez przeszkody. Marzyłam o posiadaniu własnego konia. I moje marzenie się spełniło. Od trzech lat mam swoją klacz, z którą startujemy na zawodach; jest szalona, ale nie przeszkadza mi to, bo jak na sportowca przystało - nie wyobrażam sobie życia bez adrenaliny!

Od poniedziałku do piątku wstaję o 5. rano, po to by o 6. zacząć trening. Moi rówieśnicy dziwią mi się, że chce mi się tak wstawać, ale przecież wychowałam się w takim reżimie. Każdy olimpijczyk wstawał wcześniej na rozruch poranny, po to by każdego dnia stawać się lepszą wersją siebie. To, że trenuję o tej godzinie, to mój świadomy wybór. Wiem, że aby trening był efektywny, trzeba mieć komfort i spokój. Gdybym trenowała po szkole (czyli po południu), nie miałabym spokoju, gdyż na placu byłoby dużo koni i chaos, przez co nie mogłabym zrobić pożądanego treningu. Po szkole czasami jeszcze raz podjeżdżam do stajni w celach zdrowotnych lub pielęgnacyjnych mojego konia. W przypadku jeździectwa to głównie koń jest zawodnikiem i musi być w dobrym zdrowiu oraz formie, dlatego dbam, aby tak było. Przygotowuję mu odpowiednie posiłki i suplementy diety, ponieważ żywienie jest bardzo istotne. Robię z nim ćwiczenia rozciągające, a raz w miesiącu ma wizytę fizjoterapeuty, bo wiem, że lepiej zapobiegać, niż leczyć.

Dopiero teraz pisząc te słowa analizuję co (w większości nieświadomie) widziałam i przeżyłam. W tym czasie widziałam łączy szczęścia jak i smutku. Wiele motywacji, ciężką pracę, zabawę, a także chwile zwątpienia. Dopiero teraz zastanawiając się głębiej nad tym wszystkim spostrzegam jak wiele poświęceń wymaga bycie sportowcem-olimpijczykiem. Rozłąki z rodziną i tęsknoty. Ile bólu i zmęczenia są w stanie znieść. Jak bardzo się stresują i działają mimo strachu. Każdego dnia pokonują swoje lęki i słabości. Przełamują bariery w sferze fizycznej i psychicznej. Jak bardzo się starają aby stać się mistrzami w swojej dziedzinie, walcząc o każdy ułamek sekundy, o każdy centymetr czy punkt. Teraz dopiero zauważam, że wychowanie w rodzinie olimpijskiej, miało wielki wpływ na to, kim jestem teraz. Dopiero biorąc udział w tym konkursie uświadomiłam sobie, jak bardzo mnie to ukształtowało.

Tak naprawdę dopiero teraz, przygotowując się do napisania tej pracy, uświadomiłam sobie niesamowite rzeczy. Jak ogromny wpływ na to, jaką jestem osobą, jakie mam przyzwyczajenia, nawyki i styl życia, miało moje wychowanie wśród sportowców - polskich olimpijczyków. Jak ogromne szczęście miałam, dorastając w tak zacnym gronie. Dla mnie to wszystko było normalne, że moją mamę, tatę ciotkę czy wujków oglądam w telewizji. Nie było to dla mnie nic nadzwyczajnego, że jadę do pałacu prezydenckiego i pan prezydent nosi mnie na rękach. Ja nawet się nie ekscytowałam, jak moja sportowa rodzina zdobywała medale, no chyba że byłam tego świadkiem na żywo - to były emocje. Może dlatego, że atmosfera, zawodnicy i kibice wytwarzali taki niesamowity klimat. Pamiętam, że jak się dowiadywałam, że ktoś odniósł zwycięstwo czy poniósł porażkę, to mówiłam: Ooo fajnie lub

Oj, szkoda. Przecież to była codzienność, ciągle były jakieś zawody i medale do zdobycia. Dopiero teraz rozumiałam, że żyłam w innym świecie niż moi rówieśnicy. Teraz rozumiem, dlaczego tak wiele rzeczy mnie dziwiło, począwszy od tego, co w swoich śniadaniówkach mają moje koleżanki i dlaczego nie dbają o to, co jedzą. Przecież w moim świecie nikt nie jadł takich niezdrowych śniadań. Śmiali się ze mnie, gdy do szkoły zamiast rogalików nadziewanych czekoladą przynosiłam pokrojone owoce i warzywa czy koktajle białkowe.

Dziwiło mnie to, że koledzy wstydzą się, boją zapytać czy poprosić o coś nauczyciela lub iść do dyrekcji załatwić jakąś sprawę. Zawsze prosili mnie, ponieważ ja nigdy nie miałam oporów przed rozmawianiem z kimkolwiek. To zapewne wynika z tego, że na obozach poznawałam wiele osób różnych narodowości i nie byli to moi rówieśnicy. Rodzice często szukali mnie po ośrodku i okazywało się, że jestem np. u Mongołek i się świetnie bawię, nie znając wspólnego języka. Najczęściej po takich rozmowach bolały mnie ręce.

Dziwiło mnie to, jak w szkole koleżanki wstydziły się, a nawet bały, iść do psychologa, do chwili obecnej tego też nie rozumiałam. Przecież olimpijczycy regularnie sportykają się z psychologami i opowiadają im o swoim stresie oraz lękach. Ja także korzystałam z rad psychologa. Pamiętam, jak podczas pierwszych startów bardzo się stresowałam i sama nie potrafiłam sobie z tym poradzić. Pamiętam, że na korytarzu w ośrodku olimpijskim zaczepiłam psychologa i zapytałam, czy mogę go o coś zapytać. Opowiedziałam mu o swoim problemie, a on udzielił mi rad. To była cenna lekcja, z której korzystam do dzisiaj.

Teraz także rozumiałam, dlaczego zawsze wszyscy mówili, że jestem twardzielem. Nigdy nie panikowałam, jak zrobiłam sobie krzywdę, śmiałam się z tego... jestem nauczona takiej reakcji. Na zeszłorocznych Mistrzostwach Polski miałam wypadek. Na jednej z przeszkód koń potknął się na przeszkodzie i wyrzucił się razem ze mną. Wyglądało to dość niebezpiecznie, bo takie było. Gdy mama wskoczyła z trybun na parkur, moimi pierwszymi słowami było „mama...nagrałaś to”? Gdy okazało się, że nie jestem w stanie kontynuować zawodów, nie było mi już tak do śmiechu. Karetka zawiozła mnie do szpitala i okazało się, że mam złamany obojczyk, który wymaga operacji. Od początku wiedziałam, że dam się zoperować tylko jednej osobie - doktorowi Damianowi Zaborowskiemu. Zdawałam sobie sprawę, jak ważne jest zaufanie do lekarza. Widziałam przez te wszystkie lata, jak stawał na nogi wielu znanych mi sportowców i sprawiał, że szybko wracali walczyć o swoje marzenia. Dwa dni po wypadku leżałam już na stole operacyjnym. Wypadek i operacja nie zniechęciły mnie do jeździectwa. Przez lata nauczyłam się, że wypadki i kontuzje wpisane są w piękno sportu. Widziałam sportowców po operacjach wracających do treningów i startów.

Nie mogłam się doczekać, kiedy będę mogła znów wsiąść na moją klacz. Po miesiącu błagałam wujka, żeby mi już pozwolił. Niechętnie się zgodził, ale musiałam obiecać, że nie będę szaleć, gdyż mój obojczyk jeszcze całkiem się nie zrosł. Szybko wróciłam do startów. Uwielbiam zawody. Za każdym razem, gdy się zbliżają, jestem podekscytowana i odliczam dni. Wspaniałe są emocje towarzyszące rywalizacji. Na każdym etapie są zupełnie inne emocje. Zauważam, że z upływem czasu emocje się zmieniają - tak jakbym dorastała

emocjonalnie. Kiedyś stresowałam się przed wyjazdem na parkur, myślałam o tym, żeby nie pomylić kolejności przeszkód. Przecież każdy zawodnik się stresuje w jakiś sposób. Nauczyłam się, jak przekształcać stres z negatywnego na pozytywny, na taki który nie paraliżuje, lecz napędza. Wiem, że w ten sposób wspieram też mojego konia. Ona też ma te same emocje co zawodnicy, też się stresuje. Emocje podczas odnoszenia zwycięstw są nagrodą za ciężką pracę, motywują do dalszego działania i stawiania poprzeczki coraz wyżej. Oczywiście smak porażek również jest mi znany. Zauważyłam u siebie 3 fazy po porażce. Początkową fazą są nerwy, smutek i rozpacz. Kolejną z faz jest uzalanie się nad sobą, bo przecież "nie nadaję się do tego". Ostatnią fazą jest faza niesamowitej chęci do pracy i motywacji, no przecież jak ja mogłam takie błędy popełnić, ja chcę jeszcze raz to poprawić, nie mogę się doczekać kolejnych zawodów i dlatego tak długo mam czekać. Mam bardzo dużo marzeń na przyszłość i tak się chwilę zastanawiając, wszystkie związane są ze sportem i końmi, ale nauczyłam się przez te wszystkie lata, że każde marzenie sportowca było związane z wynikiem sportowym. W mojej głowie jest już ułożony plan na życie - sportowe oczywiście. Bo tak nauczyli mnie marzyć olimpijczycy.

Wychodzenie ze strefy komfortu jest częścią procesu rozwijania się w każdym sporcie. Sportowcy wychodzą z niej na prawie każdym treningu. Moment, w którym boisz się coś zrobić, lub kiedy jest ci ciężko do tego stopnia, że już chce ci się wręcz płakać czy też wymiotować ze zmęczenia, a pomimo tego to robisz, to ten moment, w którym widać rozwój. To właśnie każda porażka, błąd czy zły trening uczą najwięcej. Pamiętam swój jeden z pierwszych, kiedy wyszłam ze strefy komfortu. Byłam wtedy na obozie z mamą w Wałczu. Jest tam jezioro oraz Kajaki, z których zawodnicy mogli korzystać, więc często pływali na nich w ramach treningu. Tym razem (tak jak prawie zawsze, kiedy zawodniczki miały trening na kajakach) poszłam z nimi. Już nie chciałam pływać z mamą, ponieważ odmówiła mi śpiewania w trakcie pływania, a poza tym - ile czasu można spędzić z mamą, więc popłynęłam z ciotką Roksaną Zasiwą. Wsiadłam z nią do kajaka i poprosiłam o wiosło. Na początku było przyjemnie. Płynęłyśmy sobie, a od czasu do czasu wymieniliśmy kilka zdań, lecz im dłużej płynęłyśmy, tym rzadziej rozmawiałyśmy ze względu na zmęczenie. W końcu byłam tak zmęczona, że ledwo dawałam radę utrzymać wiosło w odpowiedniej pozycji, jednak pomimo słów ciotki: "Gabi, może już, co? Już naprawdę dużo przepłynęłaś." nie odłożyłam wiosła. Przecież nikt z olimpijczyków go nie odkładał, to czemu miałabym odłożyć je ja? Wiosłowałam do końca. Przy płynęłyśmy jako jedne z pierwszych, jednak ręce mnie bardzo bolały i byłam tak zmęczona, że pierwsze, co zrobiłam po wyjściu z kajaka, to położyłam się na pomoście. Na kolacji miałam wykończone ręce. Ledwo traśla widelcem do ust. Pomimo tego bólu byłam z siebie dumna jak nigdy dotąd.

Od najmłodszych lat mam wpojony patriotyzm i szacunek dla symboli narodowych. Dla godła polskiego - patrząc jak zawodnicy po wygranych walkach, biegach, meczach czy wyścigach całowali orła, którego przez całe zawody mieli na lewej piersi. Nauczyłam się szacunku dla flagi polskiej, widząc zwyciężających zawodników, radujących się, trzymając z dumą w rękach polską flagę, a także otulających się piękną biało-czerwoną tkaniną. Odkąd potrafiłam stawać na nogi, na dźwięk Mazurka Dąbrowskiego stawałam na baczność, bo tak robili wszyscy dookoła mnie (od zawsze wiedziałam, że to ważna pieśń). Najwięksi

twardziele - gladiatorzy, stojąc na podium i słysząc: „Jeszcze Polska nie zginęła”, płakali jak dzieci.

Dla mnie to było takie naturalne, nic wyjątkowego. Dopiero teraz, przelewając moją historię dzieciństwa na papier, rozumiem, że uczestniczyłam w czymś niesamowitym i wyjątkowym.

Polscy Olimpijczycy często są też żołnierzami . Widziałam, jak z orłem na piersi walczą dla swojego kraju i wiem , że gdy zajdzie taka potrzeba, to będą równie zacięcie walczyć za swój kraj. Tacy są właśnie polscy olimpijczycy - moja sportowa rodzina.

Polscy olimpijczycy to nie tylko waleczni, zawzięci i dążący do celu ludzie. To istoty o pięknych sercach. Są bardzo empatyczni i wrażliwi na czyjąś krzywdę. Świadczy o tym fakt, iż wielu z nich oddaje na licytacje swoje najcenniejsze w życiu zdobycze. Przekazują swoje wymarzone medale olimpijskie najczęściej na rzecz chorych dzieci, ratując przy tym chociażby jedno życie.

Przykre jest to, że w dzisiejszych czasach niestety te piękne wartości nie są w modzie. Na topie są pseudosportowcy, youtuberzy - „pajace” walczące za duże pieniądze w freakfighach. Promowana jest głupota, brutalność i chamstwo, a bohaterami stają się osoby z milionami lajków na Instagramie.

Powinniśmy dbać o to, aby idea olimpizmu przetrwała przez kolejne pokolenia. Przecież Igrzyska Olimpijskie to tradycja, która wywodzi się ze starożytności. Igrzyska były tak ważnym wydarzeniem, że na czas ich trwania zawieszano działania wojenne. Pierwsze udokumentowane igrzyska olimpijskie miały miejsce w 776 roku przed naszą erą w Olimpii – greckim mieście, któremu zawdzięczają swoją nazwę. Odbywały się tam aż do 393 roku naszej ery, gdy zostały zniesione przez cesarza rzymskiego Teodozjusza I Wielkiego ze względu na pogański charakter. Nowożytne Igrzyska w 1896 roku wskrzesił baron Pierre de Coubertin. Tworząc ideę nowożytnych igrzysk olimpijskich, Coubertin pragnął, aby rozgrywane podczas ich trwania zawody były przykładem tolerancji i równości, aby poprzez rywalizację umacniały się pokojowe więzi między narodami.

Pozostaje nam wierzyć, że świat będzie pamiętał o idei olimpizmu, gdy 26 lipca tego roku w Paryżu zapłonie Olimpijski Znicz.