

NIAW

Kiedy bieg to wojna



NA

Czy pokonanie kilometra w czasie... 440 minut może być dobrym wynikiem? A nawet życiówką? To zależy. Ale wycinanie sobie drogi maczetą w dżungli Belize, przebijanie się przez chaszcze nabrzeży Eufratu i Tygrysu czy wędrówka górami Afganistanu pod ostrzałem talibów to wyczyny, których nie dokonało zbyt wielu „biegaczy” na świecie. Jednym z nich jest Naval, były żołnierz elitarniej jednostki GROM.

tekst: Jacek Antczak

foto: Tomasz Woźny



D

ziś, od kilku lat na emeryturze, 44-latek startuje w terenowych biegach wojskowych, biegach ultra, runma-geddonach, survivalach czy nawet klasycznych maratonach, a w wolnym czasie pisze bestsellerowe książki o przygodach, które przeżył podczas operacji wojskowych na wojnach toczących się w najbardziej niebezpiecznych zakątkach świata.

OSTATNICH GRZĄ PSY

Właśnie do rąk czytelników trafiła czwarta po „Przetrwać Belize”, „Ostatnich gryzą psy” i „Zato-ce”. W „Camp Pozzi” Naval opisał to, co przez wiele lat było milczeniem: tajne operacje GROM-u z czasów walk z reżimem Saddama Husajna w Zatoce Perskiej. Autor skrywa się pod pseudonimem, zresztą od 20 już lat. Kiedyś, na misjach wojskowych, ułatwiał to gromowcom komunikację, a symbolicznie ksywy

żołnierzy GROM-u nawiązują do tradycji cichociemnych spadochroniarzy Armii Krajowej i Polski Podziemnej, których spadkobiercami czują się żołnierze tej najbardziej elitarnej jednostki Wojska Polskiego. Naval książkę „Ostatnich gryzą psy” opatrzył cytatem przyjaciela o pseudonimie Tylut: „*Chcąc pracować w jednej z najlepszych jednostek na świecie, trzeba się godzić z najcięższym treningiem i liczyć się z najbardziej bolesnym poświęceniem*”. Bo dla Navala i jego kumpli trening nie służył osiągnięciu najlepszych wyników, lecz przeżyciu i wykonaniu zadania. „*W wojsku musisz być ciągle w najwyższej formie, bo przecież twoje »zawody«, twój najważniejszy »start sezonu« może nastąpić w każdej chwili*” – tłumaczy Naval, który właśnie szykuje się do wyjazdu do Libanu i Iranu. Mówi, że w celach zupełnie niemilitarnych, ale kto go tam wie. Niedawno biegał sobie na Saharze wokół platformy wiertniczej – dla przyjemności, po pracy, ale był tam ekspertem ds. bezpieczeństwa. To jest tak jak w życiu z niespodziewanymi wydarzeniami. Przecież nikt nie wie, kiedy nastąpi zamach terrorystyczny. „*A jednostka GROM przeznaczona jest do czynnego zwalczania terroryzmu. Jeżeli padnie rozkaz jej*



użycia, to masz czas tylko na zaplanowanie operacji i udanie się na kolejny obiekt, ale nie masz już czasu pracować nad formą fizyczną czy strzelecką. Nie dostaniesz ani dnia, by poprawić kondycję, a przecież trzeba pokonać kilkaset schodów, bo zamach jest, powiedzmy, w drapaczu chmur. Musisz być w formie wszędzie i zawsze” – mówi uczestnik kilkudziesięciu takich „startów”, za które dostał odznaczenia państwowe, choć uważa, że dla gromowców „medalami na mecie” były szczęśliwy powrót do bazy po akcji i wspólna jajechnica z kumplami. Jak mówi Naval, takie życie w treningu to nic nadzwyczajnego, gdyż nie tylko operator GROM-u, ale po prostu każdy żołnierz czy strażak musi być wyczynowym sportowcem.

BIEG Z MOŹDZIERZEM

Dla Navala, jak widać w książce opisującej jego drogę do GROM-u, bieganie stało się życiowym lajtmotywem. Już w mocnym wstępie, który rozgrywa się rankiem 11 września 2001 roku na kursie nurkowym, opisuje, jak kumple go podtapiali (takie żarty), by potem, na biegu egzaminacyjnym, walczyć o zwycięstwo i życiówkę na 3 km (z czasem 10:22). A później wyjazd. Płonęły wieże World Trade Center. Byli potrzebni. „*Takie to już życie, że od najmłodszych lat albo ktoś nas goni, albo my za czymś biegniemy*” – pisze w pierwszym rozdziale, opowiadając o swojej pierwszej w życiu biegowej rywalizacji. Był rok 1977, a on był facetem w wieku lat trzech i pół i ścigał się z siedmioletnią kuzynką. „*No tak, uświadomiłeś mi, że opowieść o swojej drodze życiowej i karierze w GROM-ie zupełnie nie-*

**Jeżeli żołnierz
całe życie trenował,
to nie wyobraża sobie,
że kiedyś przestanie.**

świadomie zacząłem od biegania. Coś w tym musi być, bo do dziś pamiętam tę drogę od babci do domu. To był niespełna kilometr, a ja, tak jak napisałem, jak na trzylatka biegałem naprawdę szybko, bo chciałem do domu trafić sam, gubiąc po drodze swojego anioła stróża” – śmieje się Naval, który kilka tygodni temu, czyli 40 lat później, też z dziewczyną, ale tym razem w parze zgodnie współpracującej na trasie, zajął drugie miejsce w zawodach GROM Challenge. To jeden z najtrudniejszych, może nawet najtrudniejszy, terenowy bieg przeszkody w Polsce. Naval jest jego współorganizatorem, ale też – nie odpuściłby przecież sobie – jednym z uczestników. Miejsce biegu zna doskonale. Czerwony Bór to były ośrodek szkolenia operatorów zespołów bojowych GROM-u. Tym razem biegli na dystansie 26 kilometrów. „Biegli” to za mało powiedziane. „*Wiesz, jak się obsługuje móżdżek?*”. „*Nie, no skąd*”. „*Podczas tego biegu od razu uczymy tego*







zawodników. To jedno z zadań na trasie. Strzela się z moździerzem 60 mm ANTOS, granaty lecą na dwadzieścia metrów, ale nie wybuchają. Jest też strzelanie z pistoletu i karabinu, sporo czołgania w błocie, przejść ciasnymi tunelami, wspinaczki i tak dalej – opowiada Naval, któremu – razem z partnerką – zajęło to wszystko około czterech i pół godziny. Jest w formie. – Już nie muszę walczyć o przeżycie i wykonywać zadań, ale podobnie jak moi koledzy nie wyobrażam sobie, że zasiądem z piwem przed telewizorem”.

SELEKCJA

W tym roku pojechał jako support przyjaciół na Bieg Rzeźnika w Bieszczady. To dzięki takiemu biegowi został szturmowcem GROM-u (przedtem był... komandosem, a jeszcze wcześniej

w biegu choćby do trzeciego dnia, ma naprawdę twardy charakter. „Biegiesz w sprzęcie wojskowym, wysokich butach ponad kostkę, które w tamtych czasach były naprawdę ciężkie. W mundurze, z wojskowym plecakiem, z wielokilogramowym ekwipunkiem. Musisz o siebie zadbać, przetrwać noc” – wylicza i dodaje, że wprawdzie na trasie spotyka się instruktorów, ale z kandydatem nie bardzo się komunikują. – Jak biega się w zawodach, to bardzo fajnie sobie sprawdzić na zegarku czas i dystans. Wiesz, ile zostało do końca. Tu nikt ci nie mówi, jaki jest dzisiejszy dystans, masz po prostu biec. I zmieścić się w czasie. W jakim? Tego też nikt ci nie powie. Musisz więc pokazać, że dajesz z siebie wszystko każdego dnia. I cały czas słyszysz, że słabutko, że jesteś na granicy, że zaraz wylecisz z Selekcji. A więc krzeseś z tego organizmu, co możesz: kolejny kilometr, kolejna górka...”. Naval pamięta jak dziś szósty dzień,

W Iraku zrzucą cię ze śmigłowca i biegiesz do akcji. Ale jak po ciebie nie przyleci, to zaczyna się Twój bieg po przeżycie.

dekarzem, ślusarzem, spawaczem, kelnerem i drobnym przemysłowcem). Ten bieg, czyli w slangu wojskowym Selekcja, wrzyna się w pamięć na całe życie żołnierzy jednostki specjalnej. „Selekcja to jest taki ciągły Rzeźnik, tyle że trwający przez sześć dni. I do tego cię za dobrze nie karmią. Dostajesz jedzenie raz dziennie, ale często bywa tak, że najpierw w poniedziałek rano, a potem we wtorek wieczorem. Ale jest raz dziennie? Jest – śmieje się Naval. – Kto przebiegł Rzeźnika, wie, jak są ukształtowane Bieszczady. Może nie mają ostrych szczytów, za to są bardzo wymagające, z dużymi przewyższeniami, no i tych pagórków jest sporo. To trasy, które trzeba pokonywać codziennie, czerwonymi szlakami. Przez niedożywienie twój organizm trzeciego dnia zaczyna się sam zjadać, a zabawa dopiero się zaczyna”. Na stu kandydatów do GROM-u ten test przechodzi pięciu, ośmiu, czasem się zdarzy, że dziesięciu. Naval po Bieszczadach biegał dokładnie 20 lat temu. Uważa, że każdy, kto dotrwał

ostatni bieg. Jak się później dowiedział, dystans, który mieli do pokonania, wyniósł 58 kilometrów. „Ostatniego dnia, gdy masz wszystkiego dosyć, jesteś wycieńczony i po pięciu czy sześciu godzinach pytasz instruktora: »Daleko jeszcze?«, on ci mówi: »Nie, niedaleko, meta za górką«. Dajesz więc czału na koniec, a za tą górką widzisz następną górę, gdzie nikt na ciebie nie czeka. I znowu po paru kilometrach pytasz: »Daleko jeszcze?« i słyszysz: »Niedaleko«. Po kilku takich razach już nikogo nie pytasz, czy daleko. Biegiesz”. Naval mówi, że to jest właśnie to, z czym się spotykają zawodnicy w biegach ultra. Po pewnym czasie już nie biegną nogi ani organizm, tylko głowa. Biegiesz siłą woli. Sam złapał się na tym, że ta głowa jest nadal mocna i że polubił to cywilne bieganie, choć uważa się za „świeżaka na rynku ultra”. Ostatnio na Festiwalu Biegów Górskich





po przebiegnięciu regulaminowych 110 kilometrów pomyślał: „Koniec? Mało, mam ochotę biec dalej”. „Tak chyba bywa ze wszystkimi. Po pierwszym starcie na 10 kilometrów myślisz, że z półmaratonem dasz radę, potem przymierzasz się do maratonu, a po biegu na 110 kilometrów myślisz sobie: »Dobra, a dlaczego nie 240?«” – mówi Naval, który coraz bardziej nastawia się na rywalizację. Nie, nie musi być najlepszy, wygrywać; wie, że wiek już nie ten, ale po tym, jak w Runmageddonie zajął drugie miejsce, a pierwszy i trzeci zawodnik byli od niego 20 lat młodszy, pomyślał, że jeszcze daje radę powalczyć. „Jasne, że kiedy biegli, to od nich trochę odstawałem, ale gdy już przyszło do

PRAWIE JAK HERCOG

Naval wciągnął się w bieganie. Robi 50, 60, a nawet 80 km sam dla siebie. Przebiegł kilka klasycznych maratonów, ostatni w czasie 3:18:42. Startuje w biegach terenowych, rajdach przygodowych, próbuje coraz dłuższych ultra. Trzy lata temu wybrał się do Patagonii, by wystartować w 4-osobowej drużynie w ekstremalnym rajdzie Ultra Race (bieg połączony z jazdą na rowerze, kajakami, wspinaczką). Regulamin zakładał, że w zespole musiała być co najmniej jedna kobieta. „To czasem jest plusem, czasem minusem. Dobrac czterech równych sobie facetów jest problemem, ale to możliwe. Ale dobrać do ekipy dziewczynę, która będzie na równi z innymi pracowała, już nie jest tak prosto” – Naval z doświadczenia wie, że drużyna jest tak silna, jak jej

Trenujesz wpięrw, żeby spełnić marzenie i dostać się do GROM-u, a potem, żeby przeżyć. Jak nie trenujesz, jesteś słabszy, wolniejszy, po prostu gorszy.

wspinaczki po linie, czołgania się i innych zadań sprawnościowych, to cały dystans niwelowałem”.

TRZY KILOMETRY

„Bie-gaj, bie-gaj, biegaj razem z nami, podda-waj się czasu-mi” – taką i paroma innymi przyspiewkami pomagał sobie Naval na porannym, 3-kilometrowym rozruchu przez kilkanaście lat. „Śpiewamy my, śpiewają Amerykanie, Niemcy, Anglicy. Bieganie ze śpiewaniem dobrze się w wojsku komponuje – podśpiewuje Naval. – No i te codzienne 3 kilometry, które raz w roku przeradzają się w WS, czyli sprawdzian biegowy. O ile pamiętam, trzeba je przebiec w 11 minut i 30 sekund, w umundurowaniu, ze sprzętem”.

Ale w treningach GROM-u bieganie to tylko jeden z dziesiątków elementów: musi być sprawność ogólna, siła, celne oko. Dlatego nawet teraz rozgrzewka Navala przed bieganiem wygląda jak obwodowy trening siłowy, hardcorowy crossfit. Nic dziwnego, że podczas Runmageddonu niektórzy biegali wolniej niż on się czołga.

najlepsze ogniwo. I wcale nie musi nim być dziewczyna. Nie dotarli do mety, ale i tak zajęli 6. miejsce na 20 zespołów – przed nimi odpadały kolejne ekipy. Sklasyfikowano tylko cztery. „Podkochalem się w tej Patagonii i pomyślałem, że czego nie zrobiliśmy w drużynie





nie, spróbuję zrobić sam i za rok pojadę sobie na indywidualny bieg” – mówi. Wybrał Ultra Trail Patagonia: 100 mil, czyli 170 kilometrów, jeden z najtrudniejszych biegów na świecie. „Ale zgubiłem się i nie dobiegłem do mety. Tyle że zgubiłem się w elitarnym towarzystwie, bo ze Szwajcarami, Chilijczykiem i Meksykaninem, którzy pretendowali do zwycięstwa, oraz z najlepszą chilijską biegaczką”. Zgubili się grupą, bo organizatorzy źle oznaczyli trasę – nie zdjęli starych tyczek. Pobiegli w przeciwną stronę i 50 kilometrów dalej okazało się, że dobiegli do miejsca, które było pierwotnym startem. „Możesz sobie wyobrazić wściekłość po przejechaniu 11 tysięcy kilometrów, zbieraniu budżetu na bieg, poświęceniu

siedmiu miesięcy na przygotowania, kiedy ktoś ci na miejscu, po bardzo słabej organizacji, mówi: »Sorry, to Patagonia...«”.

W Patagonii Naval poznał się i zaprzyjaźnił z Piotrem Hercogiem, który zwyciężył w tym biegu w wielkim stylu. „Ustailiśmy oficjalną wersję taką, że ja tych dobrych biegaczy wyprowadziłem w pole, żeby on sobie spokojnie wygrał” – śmieje się Naval, który wyleczył się z Patagonii, ale już zastanawia się nad maratonem w Iranie i jakimś ultra 240. Zaprasza też na świetnie zorganizowany przez gromowców GROM Challenge. Limit na 25 km to 5 godzin, ale można się poczuć jak żołnierz elitarniej jednostki specjalnej. No i postrzelać z moździerza...

MISJE

Jak biegacze mają swoje statystyki i rankingi, tak i Naval te swoje „wojenne biegi” też mógłby sklasyfikować. W kategorii „Najtrudniejszy” na pierwszym miejscu byłby na pewno Afganistan. Tam brał udział w patrolach bojowych. Człowiek był objuczony sprzętem i musiał przetrwać w środowisku zdecydowanie nieprzyjaznym. Może to nie było bieganie, tylko marsze na długich dystansach, ale te górce, klimat i ukształtowanie terenu bywały mordercze. No i przeciwnik – talibowie. Piotr Hercog w maratonie na Mount Evereście zajął 7. miejsce – przed nim byli tylko Nepalczycy, dla których Himalaje to naturalne środowisko. Szperowie są tam nie do pokonania. Tak samo Afgańczycy, jako partyzanci, na swoim terenie są nie do pobicia.