

ČIKAGOS LIETUVIŲ BĖGIMO KLUBAS: KOJOS – BĖGIMUI, ŠIRDIS – DŽIAUGTIS GYVENIMU

Algimantas Remeika

Maratonas tai – 26.2 mylių arba 42 kilometrų ir 195 metrų distancija, kuri tapo olimpine sporto šaka jau pirmojoje šių laikų Olimpiadoje Atėnuose 1896 metais. Toks ilgas bėgimas buvo įtrauktas į atkurtų Žaidynių programą minint legendinį graikų kario bėgimą 490 metais prieš Naująją Erą iš Maratono į Atėnus, nešant žinią apie pergalę prieš persus. Šiais laikais kiekvienais metais maždaug 1 milijonas žmonių dalyvauja maratonų bėgimuose. Tik 0.5% planetos Žemės gyventojų yra įveikę bent vieną maratoną savo gyvenime.

Štai jau 15-ti metai, kai lietuviška komanda nuolat dalyvauja viename iš svarbiausių maratonų pasaulyje Bank of America Chicago Marathon. Beveik tiek pat metų sudaro ir **Čikagos lietuvių bėgimo klubo (ČLBK)** istoriją. Pakalbinau ankstesnius laikus prisimenančius klubo narius, kurių dalis, deja, jau pasklidę po Ameriką, kiti nelabai noriai pasakojo, tačiau sužėręs prisiminimų nuotrupas, pabandžiau atkurti, kaip visa tai radosi ir kuo tapo.

Mūsų klubas turi daug nuolatinių vietų, kuriose renkamės sekma dieniniams bėgimams. Viena iš jų, esanti viename iš Čikagos priemiesčių ties Lake Katherine, mums ypatingai svarbi. Ten visada prisimename mus jau palikusi Arūną Dukauską. Jis su savo draugu Andriumi Jurevičiumi dažnai dalyvavo 5K bėgimuose. Buvo metai, kai Andrius net 87 kartus stojo pakovoti už medalį, ir nemažai jų yra sukaupęs. Arūnas gi, bėgimo metus pradėdavo ilgesniu nei maratonas 50 km bėgimu, vienas iš pirmųjų kvalifikavo ir dalyvavo Bostono maratone, ir bėgdavo taip, lyg jam tai buvo kelionė link svajonių išsipildymo. Ties Lake Katherine jau keletą metų šakas skleidžia, auga ir stiprėja Arūno ąžuoliukas, pasodintas ištvermingiausio Čikagos lietuvių klubo bėgiko Arūno Dukausko atminimui. Ten mes renkamės, ąžuoliukas girdi mūsų rūpesčius ir džiaugsmus, ten mes bėgame kartu ir visada su Arūnu. Ko gero medelis, jei prabiltų, daugiau ir įdomiau papasakotų, kodėl atsirado ir kuo gyvena Čikagos lietuvių bėgimo klubas. Leiskimės į kelionę iš ČBLK praeities į dabartį.

Daiva Jakštas, kuri man pravėrė vartus į maratonų pasaulį, atsiliepdama į atkaklius prašymus pasidalinti tikroviškais prisiminimais iš legendinės klubo praeities, atsiuntė laiškėlį:

„Na ką, įkalbėjai atsiversti knygą. O buvo taip, mes su Egidijum - bėgikai jaunystėje Lietuvoje. Atvykę į Čikagą, sutikom Rasos, buvusios bėgikės, šeimą ir nuvažiavome stebėti Čikagos maratono. Po to Egidijus nusprendė pasiruošti ir prabėgti per 3 val. Tai jam pavyko iš kokio 5-to karto. Visus tuos metus stebėdavau Čikagos maratono dalyvius ir nutariau pati prabėgti savo 40-mečio proga. Pradėjau kantriai nuo mažų mylių, vis dalindavusi savo išpūdžiais su kolegomis iš Atlantic Express. Sulaukiau didžiulio palaikymo ir susidomėjimo. 2011 m. pavasarį su kolegomis surinkom komandą dalyvauti Shamrock Shuffle bėgime: Inga, Diana, Vytautas, Onutė, Asta, Audrius, Nerijus ir daugiau.



Aušra Butkevičiūtė Barkley Fall Classics



Ąžuolas



Bilevičių berniukai


Du Remeikai finišuoja Kyoto

Ilona ir Marius Dovydaičiai

Klubo gimtadienis

Na, o aš ir toliau vis rinkau mylias, prisijungdavo ir kolegės Palos miško takeliais pabėgioti. Dalindavausi prabėgtų mylių skaičiumi: pirmos 12, 15, 18, 20. Į Čikagos maratoną 2011 atvyko didžiulė kolegų palaikymo grupė. Na, o aš jų nenuvyčiau — pasiekiau išsvajotą finišą. Po to per pietus Kunigaikščiuose nutarėm pradėti skelbti Facebook'e, kurioje vietoje sekmadieniais renkames. Kitais metais bėgo Diana, Vytautas, dar kitais — Inga, na ir taip vis daugiau prisijungė.

„Atlantic Express“ kompanija tapo vieta, kur jaunimas, ieškantis iššūkių gyvenime, Egidijaus ir Daivos Jakštas iniciatyvos dėka, susidomėjo maratonu ir jis tapo tikslu daugeliui. Pradžioje bendradarbiai vyko palaikyti Egidijaus jo siekyje įveikti Čikagos maratoną greičiau nei per 3 valandas. 2011 m. balandį „Atlantic Express“ komanda dalyvauja Schamrock Shuffle. Neužilgo Palos Heights pusės maratoną bėga Vytautas ir Diana Karaliai. Žmonos Daivos jubiliejinio 40-to gimtadienio proga Egidijus įteikė jai dovanėlę – kvietimą bėgti maratoną. Viską nulėmė žodžiai, „Juk tu gali“, ir tai vyko 2011 metais. Palaikyti Daivos ties 17 mylia atvyko bendradarbių komanda, ir nuo tada kiekviename Čikagos maratone, ties ta legendine, tačiau labai svarbia mylia, lietuvių, o jie atvyksta iš visos šalies, iš kitų kraštų, ypatingai daug iš Lietuvos, laukia entuziastai su plakatais, vaisėmis, gėrimais ir galingai skanduodami skatina bėgikus pasiekti finišą, iki kurio – dar 9 nelengvos mylios.

Vytautas Karalius, vienas iš klubo steigėjų, pirmasis sutiko prisiminti ir papasakoti, kaip radosi Čikagos lietuvių bėgimo klubas. Jo žodžiais, Egidijus Jakštas, „Atlantic Express“ kompanijos bendradarbis, buvo intensyviausiai sportuojantis tuo metu, dar Lietuvoje pasiekęs aukštų rezultatų lengvosios atletikos varžybose. Daiva Jakštienė savo 40 gimtadienio proga pasiryžo bėgti maratoną, atsirado palaikančių, ir susidarė komanda. Sėkmingai dalyvavę kitų metų Čikagos maratone, gavę konsulo Marijaus Gudyno apdovanojimus, susirinko švęsti, kalbėjo ir sutarė – reikia bėgti kartu. Tikriausiai niekas negimsta maratonininku, tačiau juo tampama dėl kažkokių jam svarbių priežasčių. Daivai buvo svarbu reikšmingai paminėti savo gyvenimo jubiliejų, Egidijus jau buvo pamėgęs bėgimą, Vytautas palyginus neseniai atvykęs į JAV, matyt, pajuto, jog čia reikia sportuoti. „Atlantic Express“ pažadėjo remti darbuotojų komandos dalyvavimą masiniuose renginiuose. Kaip, beje, ir „Kunigaikščių užėiga“. Vytautas prisiminė: „Apsiėmiau organizuoti bėgimus, nes bent tiek disciplinos reikia. Sukūriau Facebook paskyrą, skelbėme, kur kiekvieną sekmadienį renkames bėgti kartu.“ Taip ir prasidėjo nuolatiniai bėgiojimai, ruošimasis dalyvauti bėgimo šventėse, varžybose ir būtinai – maratonuose.

Taigi, vėlyvą 2012 metų rudenį gimė Čikagos lietuvių bėgimo klubas ir jo gimtadienis yra švenčiamas kiekvienais metais. Turime net kone nuolatinę šventės vietą, Eimanto ir Dalios Dubauskų namus. Kartu tai – lyg bėgimo sezono uždarymas. Bėgti galima ir reikia ištisus metus, tačiau žiemą gerokai mažiau renginių, kuriuose norisi dalyvauti, todėl sezonas lyg ir baigiasi. Tačiau kiekvieną sekmadienį, nesvarbu, koks metų laikas, Čikagos lietuviai, bėgimo entuziastai, renkasi sutartoje vietoje ir bėga kartu. Nes kaip mes sakome – klubas veža. Bėgimo renginių šalyje, pasauly-

je – begalė. Klubo nariai dažnai ieško, kur yra kokios nors ypatingos, net egzotiškos sąlygos. Bėgama snieguose, maklinėjant purvynus, bėgama distancijas, kurios normaliam žmogui sunkia suvokiamos – 100 ir daugiau mylių. Bėgama tris dienas, dvi naktis 339 mylias per visą Iową nuo vakarinio pakraščio iki Missisipės ties Illinojumi.

Metų eigoje yra keletas ypatingų progų, kai klubas organizuoja 5K bėgimus bendruomenės nariams. Sausio 1-oji, Kovo 11-oji, Liepos 6-oji, pasaulinė bėgimo akcija 5 už Lietuvą ir kitos svarbios arba linksmos progos, tarp kurių – Haunted Oak bėgimas, Rotary ir Čikagos lietuvių bėgimo klubų labdaringas renginys, išsiskiriantis ypatingai džiaugsminga dvasia. Minėdami Sausio 13-osios įvykius net tik bėgame, bet šokame į ledinį Mičigano ežero vandenį, simboliškai patvirtindami, kad jokie išbandymai mums nėra baisūs. Ypatingai paminėti Lietuvos Nepriklausomybės atkūrimo 35-metį, atlikdami 35 mylių estafetinį bėgimą pro svarbias lietuviškas vietas Čikagos apylinkėse: nuo Šaulių namų pro Jaunimo centrą, Dariaus ir Girėno paminklą Marquette Parke, Stelmužės ažuoliuką ties Balzeko muziejumi, „Draugo“ redakciją, lietuviškas Tautines kapines iki pat Pasaulio Lietuvių Centro Lemonte. Prasmingu momentu tapo Tautinės giesmės giedojimas prie V. Kudirkos monumento Tautinėse kapinėse. Bendruomenės surengtas pasitikimas Lemonte tapo ilgam įsimenamu mūsų veiklos pripažinimu. O Inesos žodžiai: „Gaila, kad jau baigėsi“

išsakė tą jausmą, kurį išgyveno visi bėgikai. Tada ir kilo mintis, kad panašų bėgimą reikia padaryti ir švenčiant Baltijos kelią. Rugpjūčio 24 d. klubo bėgikai kartu Latvijos ir Estijos bendruomenių atstovais bėgo 36 mylias, sujungiančias Dariaus ir Girėno paminklo vietą, Latvių kultūros centrą ir Estų namus.



Klubo komanda Iowa339 bėgimo finišė



Klubo sutikimas po maratono Lietuvos Konsulate

Maratonas buvo priežastis sudaryti lietuvišką komandą, kuri išsiskirtų tūkstančių Čikagos maratono dalyvių gausybėje. Rėmėjų dėka viso pasaulio lietuvių grupė turi išskirtinius marškinėlius su lietuviška simbolika. O legendinėje 17-toje mylioje mūsų bėgikus sveikina giminės ir draugai bei rėmėjai. Ten būtina stabtelėti nors sekundėlei – nuotruakai ir padėkai palaikantiems. Kodėl 17-ta mylia yra tokia svarbi? Tai vieta, momentas, kai dažnam, net ir patyrusiam bėgikui, gali tekti atsimušti į „sieną“. Tokia žmogiško organizmo ypatybė, kad įveikus 17-19 mylių toliau bėgti pasidaro arba labai sunku, arba net neįmanoma. Tik nuoseklaus pasiruošimo dėka galima sėkmingai peržengti „sieną“. Palaikymas 17-toje mylioje, be jokios abejonės, padeda pamiršti sunkumus ir pasiekti finišą. Perfrazuojant Haruki Murakami, japonų rašytoją ir bėgiką, ties 17-ta mylia skausmas neišvengiamas, išvertti tai – pasirinkimas.

Klubas skatina kartu dalyvauti įvairiuose bėgimo renginiuose, kurių gausu ir mūsų apylinkėse, ir visoje šalyje, ir visame pasaulyje. Tapti septynių pagrindinių pasaulio maratonų (Abbott World Marathon Majors) – Bostono, New York, Čikagos, Londono, Berlyno, Tokyo ir Sidnėjaus, dalyvių yra daugelio bėgikų svajonė. To siekia ir mūsų klubo nariai, ir seniai jau būtų tapę, jei ne ta sunkiai įveikiama dalyvių atranka. Dažniausiai patenkama į Majors Maratoną per loteriją. „Laimingas bilietas“ kainuoja. Į pirmąjį Čikagos maratoną prieš beveik 50 metų registracijos mokestis buvo \$5, 2016 užtekavo \$150, dabar jau reikia beveik \$500. O keliaujant į kitus kraštus – kelionės išlaidos. Ir laiko, ir materialių resursų nemažai pareikalauja rengimasis dalyvauti. Kelionė link maratono starto linijos gali trukti ir 4 mėnesius, per tą laiką įvairiose distancijose nubėgant ne mažiau kaip 20 maratonų.

Bėgimas – geras ir prieinamas sportas. Įsitraukiama į bėgimą dėl panašių priežasčių – sveikiau jaustis, būti gamtoje, rasti bendraminčių. Vėliau pradeda atsirasti kitokie tikslai.

Kas atsitinka, kai pradėjęs bėgioti imi savajoti? „Apie ką kalbu, kai kalbu apie bėgimą“, yra tokiu pavadinimu Haruki Murakami knyga. To klausiau ir Vytauto Karaliaus, klubo organizatoriaus ir pirmojo lyderio, tikėdamasis suprasti, kodėl tai, kas iš šalies atrodo sunku ir neįdomu, tiesiog vargas, vilioja ir nepaleidžia.

Buvo laikas, kada intensyvios treniruotės nerūpėjo. Atviras pasaulis, noras daugiau pamatyti, bet svarbiausia priežastis – Diana, atvedė Vytautą į Čikagą 2007 metais. Na, nepatiko tuo metu krizės apimta šalis, tačiau laikas ėjo ir reikėjo apsispręsti, kur gyventi, ir pasirinko palikti Europą. Šalia sportiškos sužadėtinės teko ir pačiam rūpintis gera fizine forma, pradėjo bėgioti. Tai suartino su darbo kolegomis, virto aistringiu siekiu tapti maratonininku.

Pradžioje Vytautas bėgo maratonus Čikagoje: 2012, 2016 ir 2017 metais. Išbandžius maratono džiaugsmus, panorą save patikrinti triatlonu. Nuo 2014 metų Vytautas dalyvavo 10 Čikagos triatlonų. Nors bėgimas iki šiol liko priimtinausiu sportu, tačiau nuolatos rasdavosi poreikis daryti dar kažką. Tad sekė įvairios lenktynės dviračiu. Tokios kaip Mičigano valstijoje Barry – Ro-



Rita Šuliuskaitė

ubaix, kur dviratininkai varžosi neasfatuotais, su daugybe pakilimų maršrutais, turėdami įveikti smėlį, purvą, sniegą, tiesiog lenktynės nepravažiuojamais takais, kai dviračio ratai aplimpa tiek purvu, kad jau nesisuka, ir tenka jį nešti ant pečių mylių mylias. Arba Kansas Unbound Gravel dviračių 100 mylių lenktynės žvyruotais Kansas prerijų keliukais, kuriais tenka įveikti 17 mylių pakilimų. Tokie ištermės išbandymai rūpėjo Vytautui, ir atėjo laikas patirti ypatingą – Iron Man triatloną.

Triatlonas – tai trys rungtys: plaukimas, važiavimas dviračiu, bėgimas. Yra keturios triatlonų kategorijos: sprintas, olimpinis, Iron Man 70.3 ir pilnas Iron Man 140.6, kuriame reikia nuplaukti 2,5 mylios, nuvažiuoti dviračiu 112 mylių. Ir galų gale įveikti visą maratono distanciją – 26.2 mylios. 140.6 skaičių ir sudaro šių atstumų suma. Madisono Iron Man 2021 metais Vytautui tapo labai įsimintinu, nes buvo primas toks savęs išbandymas, ir tikrai nelengvas, nes vyksta labai kalvotoje vietoje. Sėkmingai nuplaukęs 2.4 mylios, įveikęs 112 mylių dviračiu, į maratono distanciją išbėgo pajutęs skausmą petyje, kuris tiesiog stabdė, reikalavo dalį distancijos paėjęti. Nėra neįprasta, kad bėgant tenka daryti pauzę, žingsniuoti, nes kartais raumenys pradeda rėkti, tačiau šiuo atveju priežastis, matyt, buvo kita. Prieš savo pirmąjį Iron Man Vytautas pateko į situaciją, kurioje galėjo baigtis visa sportinė karjera. Vyko įprasta greičio dviračiais treniruotė kartu su Vytautu Laukaičiu, labiausiai patyrusiu ir tituluotu triatlonininku, klubo

nariu, deja, prieš keletą metų išsikėlusiu gyventi į Floridą. Vaikiniai skriejo dviračiais labai arti vienas kito. Taip pasiekiamas didesnis greitis. Staiga ties vienu iš posūkių Vytautas Laukaitis priekinėje pozicijoje suktelėjo dešinien, o paskui jį lėkęs Vytautas po šio momento atsibudo skausme ir nesuprasdamas, kas atsitiko. O tai buvo kaktomuša su kitu dviratininku, kuris neišsitemkęs posūkyje išvažiavo priešais mūsų Vytautą, ir Laukaičiui pavykus išvengti susidūrimo, visas smūgis teko Karaliui. Toliau – Greitoji pagalba, ligoninė ir gydymasis. Vytautas atsipirko stipriu sutrenkimu ir skilusiu žandikauliu. Susidūrimo kaltininkui skilo kaukolė. Po keleto mėnesių Vytautas startavo Madison triatlone, kur, matyt, ir pasireiškė šio įvykio padariniai.

Vytauto žmona Diana nėra linkusi leisti jam labai didžiulius savo pasiekimus. 2024 m. ji įspūdingai įveikė 140.6 Iron Man Sakramente. Tad 2026 m. keliaus tenai ir Vytautas – jis tikisi pasiekti geresnį asmeninį rezultatą. Pasiruošimas – sėkmė varžybose. Dabar kaip niekada anksčiau atsakingai treniruojasi Sakramento triatlone. Šešios treniruotės kiekvieną savaitę, dirba su treneriu, kuris seka visą pasiruošimą, patarinėja, koreguoja eigą.

Tokia Vytauto Karaliaus istorija. Šiuo metu klube – beveik 1000 narių. Kiekvienas turi savo ypatingas aplinkybes, kodėl bėgioja, dalyvauja renginiuose ar šiaip palaiko klubą. Tik nėra



Septyniolikta mylia

lengva prakalbinti juos. Susitikus bėgimuose kalbos netyla, kiek visko reikia aptarti, o atskirai pasakoti apie save nelabai nori. Tačiau vienaip ar kitaip pavyko išgauti dar keletą istorijų.

Antrąją klubo vedle tapo Auša Butkevičiūtė. Ji sistemingai pradėjo bėgioti 2012 metais, pastebėjusi beatsirandantį ČLBK. Savo pirmąjį Čikagos maratoną įveikė 2014. Nuo 2015 m energingai ėmėsi klubo veiklos organizavimo pakeisdama Vytautą, kai šis visiškai pasinėrė į triatlonus. Tada klube ir susiformavo drausmė, kai į sekmadieninius bėgimus vykdavome kaip į bažnyčią.

Deja, nors ir būtine, tačiau sunki kojos trauma man porai metų pristabdė aktyvų sportavimą. Nesuskaičiuojamos valandos sporto salėje palaikant ir gerinant fizinę formą, vargas su ilgai gyjančia koja ir tas noras siekti kažko įdomaus pakeitė ir požiūrį į bėgimą. Nedaryti mažiau ar lengviau, priešingai – siekti to, kas ypač sunkiai padaroma. Dar prieš tą nelemtą traumą Aušra domėjosi ir dalyvavo taip vadinamuose Ultra bėgimuose, kurie vyksta bekelėmis, miškų takais, kalnuose. Ilgesni už tradicinę maratono distanciją, paprastai ne trupesni nei 50km yra Ultra bėgimai. Kažkada tarusi „Prisibėgiojau asfaltui“, Aušra tapo labiausiai patyrusia Ultra bėgike klube, dalyvavusi Barkley Fall Classic (50 mylių), kuris vykdomas nuo 1986 metų Tenesio valstijos kalnuose. Jo ypatybė – negailestingos sąlygos. Trasa driekiasi per atšiaurius Brushy kalnus, kur nėra nutiestų ar išmintų takų, ir kasmet pasižymi naujais netikėtumais – maršrutas atskleidžiamas tik varžybų išvakarėse. Iki šiol tik 21 bėgikas yra sėkmingai įveikęs 100 mylių trasą per tam skirtą 60 valandų limitą. Ir kol kas – tik viena moteris.

Aušra tik tiek leido sau pasakyti apie Ultra bėgimus, truncančius 10 ir daugiau valandų: „Tai bėgimas, kuris tikrai išbando tavo fizinę ir psichologinę ištvermę. Čia niekas nėra garantuota. Kiekviena minutė, kiekviena sekundė turi reikšmę. Viskas turi veikti, tu pats turi veikti, jei nori finišuoti“. O pasiekę finišą, išsekę, bet su viltimi ir šypsena sakome vieni kitiems: „Pasimatysim kitais metais!“

O skaičiai, kurie iliustruoja Auršos, kaip Ultra bėgikės patirtį, tokie: 8 maratonai, 14 Ultra bėgimų po 50 km, 6 po 50 mylių, 6 po 100 mylių ir vienas 100 km. O kiek mylių nubėgta ruošiantis tiems startams, neminėsiu, nes nesuskačiuojamos.

Šiuo metu ČLBK veda pirmyn Rita Šuliuskaitė. Kartu ji JAV Lietuvių Bendruomenės Krašto valdyboje atsakinga už sporto reikalus. Ritos pasiekimams ir užmojams reikėtų atskiros pasakojimo, tačiau ji suspaudė savo bėgikės karjerą į minimalų pasakojimą, sakydama: „Nėra čia ko girtis.“

„2014 m. rudenį, Ingos pakviesta, prisijungiau prie sekmadienio bėgimo – tiesiog prasibėgti su bendraminčiais. Išklausiusi bėgikų išpūdžių iš ką tik įveikto Čikagos maratono, susižavėjau jų entuziazmu ir atkaklumu. Nedvejodama nusprendžiau dalyvauti loterijoje net nesusimąstydama, į kokią kelionę bandau laimėti bilietą. 2015 m. įveikiau savo pirmąjį maratoną, o jau 2016 m. kvalifikavausi į Bostono. 2017 m. jį prabėgau – ir nuo tada prasidėjo mano „Six Majors“ maratonų medžioklė. Pirmiausia buvo Berlynas, po to – Londonas, Niujorkas. Dabar laukia To-

kijas 2026 m., po to – tas naujausias Sidnėjūje. Meilė bėgimui ir noras judėti atvedė mane į antrąją šeimą – Čikagos lietuvių bėgimo klubą. Čia vieni kitus palaikome, dalijamės išpūdžiais ir džiaugiamės pasiekimais. Rinkdama visų dabar jau septynių Major maratonų žvaigždutes, nuolat dalyvauju kituose – prabėgau Paryžiaus, Milwaukee, Alaskos maratonus ir du virtualius per pandemiją. Įsitraukiau į sporto reikalus Lietuvių Bendruomenės valdyboje, nes žinau, kaip svarbu, reikalinga ir gražu sportuoti.“

Netenka abejoti, kad kiekvienas mūsų klubo narys gali būti sektinu sveiko gyvenimo būdo pavyzdžiu. Tačiau tarp mūsų yra vienas ypatingai kietas vyrukas, kurio požiūris į bėgimą ir bendraminčius – visiems toks pavyzdys.

Rimvydas Bilevičius atvėrė savo prisiminimų skrynią: „Man bėgimas – ne tik sportas, bet ir gyvenimo būdas, bendravimas ir laisvalaikis su bendraminčiais. Esu kilęs iš sportiško mažo Grabupių kaimelio Šilutės rajone. Nuo vaikystės didelės grupės įvairaus amžiaus jaunimo žaisdavo krepšinį, futbolą, kvadratą, stalo tenisą ir kitas sporto šakas. Buvau labai kuklus kaimo vaikas, kai pradėjau lankyti Šilutės Martyno Jankaus vidurinę mokyklą. Augant ir bręstant kuklumas niekur nedingo, todėl sportuodamas bei siekdamas visur būti pats geriausias, pats greičiausias ir stipriausias įgavau daugiau pasitikėjimo savimi, pagarbą –iš kitų. Taip tarp miesto draugų bent kiek pridengdavau savo nedrąsą. Jau nuo penktos klasės kūno kultūros mokytojai pamatė mano greitį bei jėgą ir pradėjo įtraukti į mokyklos komandas sporto renginiuose, kuriuose būdavo ir bėgimas. Nors ir kvietė įvairūs treneriai, tačiau niekada nelankiau papildomų bėgimo treniruočių. Suderinti kaimo gyvenimą, mokyklą ir dar sporto treniruotes tuo metu man buvo neįmanoma. Tačiau tai nesutrukdydavo dalyvauti ir laimėti įvairias prizines vietas bėgimo ir kitose sporto šakose.

Baigus vidurinę mokyklą sportas ir toliau mane lydėjo. Dalyvaudavau rankų lenkimo varžybose, kuriose esu laimėjęs daug prizinių vietų. Čikagoje buvau įsitraukęs į lietuvių krepšinio lygą. Tačiau, norint kažką pasiekti ir būti aukštumoje, tam reikėdavo skirti daug laiko treniruotėms. Vis labiau augant vaikams ir jiems pradėjus intensyviai sportuoti man reikėjo rinktis – arba mano sportai, arba laikas vaikams... todėl jausdamas didelį potraukį bėgimui atsisakiau kitų sporto šakų. 2008 metais savo darbe sutikau iš Jonavos kilusį bėgiką Robertą Lisauską, kuris buvo bėgęs daugiau kaip 10 įvairių maratonų Europoje. Jo pasakojimai apie bėgimų patirtį, iššūkius ir nuotykius bėgimo metu mane užkabinė. Kai sužinojau, kad jis ruošiasi bėgti Čikagos maratoną, užsiregistravau ir aš, nes tuo metu registracija trukdavo visą mėnesį ir nebūdavo jokių loterijų kaip dabar. Kartu su juo treniravomės, bėgiojome, rinkome mylias ir 2009 metais įveikiau pirmąjį savo maratoną. Po to sekė pažintis su daugybe lietuvių bėgikų, kuriems bėgimas buvo tokia pat aistra, kaip ir man. Iš jų sėmiausi patirties, gaudavau patarimų, kartu bėgiodavome, ruošdavomės ir leisdavome laiką. Kiek vėliau prie mūsų klubo prisijungus vis naujiems bėgikams pastebėjau, kad jau ir aš galiu dalintis savo patirtimi ruošiantis ir bėgant maratonus, nes pats jau esu įveikęs daugiau kaip 15. Nesu aš profesionalus bėgikas, labiau mėgėjas, tačiau sportuodamas ir bėgiodamas aš pabėgu nuo kasdienybės ir pravėdinu ne tik plaučius, bet ir galvą. O kai tai darome kartu su



Silvijos 40 mylių bėgime

bendraminčiais, kai vienas kitą palaikome ne tik džiaugsme, bet ir skausme, tai ir yra tai, dėl ko verta judėti, o suklypus vėl keltis ir vėl dideliais žingsniais žingsniuoti į priekį“.

Kodėl 40-mečio proga daugelis sumano daryti kažką ypatingai išsiskiriančio, lyg keičiančio gyvenimą, nežinau, tačiau būtent apie tai – dar viena istorija. Prieš porą metų savo jubiliejaus proga Silvija pasiryžo bėgti ne maratoną, t. y. 26.2 mylių distanciją, or gerokai daugiau – 40 mylių. Ilgesnę ar trumpesnę dalį su Silvija bėgo klubas. Palaikymo tokia iššūkyje reikia.



Zaukų šeima, Aušra ir Saulius

Silvijos minčių apie bėgimą žiupsnelis:

„Čikagos lietuvių bėgimo klubas: kur kojos bėga, o širdis šoka

Sveiki, aš Silvija Basijokaite, ir bėgioju jau taip seniai, kad kartais atrodo, jog mano sportbačiai turi daugiau istorijų nei aš pati! Viskas prasidėjo, kai, atvykusi iš Lietuvos į Ameriką, puoliau ragauti visų tų viliojančių amerikoniškų skanėstų – spurgų, mėsainių, ledų su sirupu... Na, žinote, kaip būna – akys valgo, o svarstyklės staiga pradeda rodyti 20 kg daugiau! Cha, neplanuotas siurprizas! Tada susiėmiau, užsirišau sportbačių raištelius ir išėjau tuos kilogramus „iškraustyti“. Gal jie ir nenorėjo taip greitai palikti manęs, bet per tą „klausyk, turi išeiti“ šokį su bėgimo takeliais įsimylėjau bėgimą. Ir kur ta meilė dabar? Ji iki šiol neišblėso! Prie Čikagos lietuvių bėgimo klubo prisijungiau ieškodama bendraminčių – na, norėjau kompanijos, kuri suprastų, kodėl bėgiojimas per lietu ar sniegą yra smagiau nei gulėjimas ant sofos. Bet radau daug daugiau – tikrą bėgimo šeimą ir draugus, su kuriais dalinuosi ne tik kilometrais, bet ir juoku. Gyvenimo vingiai ne visada leidžia prisijungti prie sekmadienių bėgimų, bet širdyje visada esu su jais – su tais, kurie užsideda sportinę aprangą ir lekia miško takeliais. O prisiminimų? Oi, jų tiek, kad medžiai palei takus turbūt galėtų knygą parašyti! Vienas smagiausių – naktinis Helovino bėgimas per kapines kažkur Perorijos miestelyje. Įsivaizduokite: visi su kostiumais, kas ragana, kas koks gyvūnas, kas vaiduoklis, o kas tiesiog su šviečiančiomis kojineėmis, bėgame tamsoje, rūke ir juokiamės, kad gal kokia „draugiška dvasia“ prisijungs prie mūsų spurto! Arba maratonai ir ultramaratonai – ten ne tik kojos dirba, bet ir liežuviai: kiek temų aptarta, kiek istorijų papasakota! Mūsų klubas – tai „vienas už visus, visi už vieną“. Gal ne visi esame greičiausi, gal ne visada aplenkiamo vėjų, bet svarbiausia – mes MĖGAUJAMĖS BĖGIMU ir tuo džiaugsimu, kurį jis atneša.“

Klubas tapo ir vieta, kur šeimos sportuoja kartu. Vyrų ir įtraukia savo žmonas arba bėga su vaikais, žentais ir marčioms. Tokios yra Bilevičių, Zaukų, Karalių, Dovydaičių, Jurevičių ir kitos šeimos. Kaip atsitiko, kad bėgimas tapo šeimos tradicija, prisimėnė Aušra Kaubrytė:

„Mūsų šeimoje pirmas pradėjo bėgti Saulius. Labai gerai prisimenu jo pasiruošimus pirmiesiems maratonams su mylių bėgimo tvarkaraščiu. Saulius pradėjo įtraukti ir visus mus, mane ir vaikus, į bėgimus! Šeimos tradicija tapo kasmetinis Shamrock 8k/5 mile bėgimas kovo mėnesį – jau 5 metus bėga mūsų abu vaikai ir mes!!! Pirmieji kartai gyvenime įstringa ilgam. Aš labai puikiai prisimenu tą gerą jausmą, kai prabėgau savo pirmą mylių!! Paskui – jau 4 mylios, ir taip po truputį, po truputį įsibėgau! Prabėgus savo pirmąjį Hot Chocolate 9 mylių bėgimą, Čikagos lietuvių bėgimo klubo nariai laukė finišo ir pasitiko su labai šiltu palaikymu. Po 9 mylių bėgimo atsirado noras išbandyti save pusėje maratono. Įveikus savo pirmąjį pusmaratoną, ašaros pabiro, o finišo manęs vėl laukė ir apkabino ČLBK nariai! Kai kas kartu su manimi nubraukė ašaras. Mano bėgimo draugai supranta mano emocijas, mano išgyvenimus, nes jie kažkada patyrė tą patį. Niekada negalvojau, kad galėčiau išbėgti pusę maratono! Niekada! Ypatingai, kad pradėjau bėgti, kai man buvo daugiau nei 40. Bet juk niekada nevėlu, ypatingai, kai širdyje – noras.

ČLBK palaiko vienas kitą besąlygiškai — jeigu reikia daug mylių pagal programą kam nors sekmadienį prabėgti, visada kažkas kartu palaikys kompaniją. Jie yra mano dar viena šeima! Mes kartu ne tik bėgiojam, bet ir keliaujam, mėlyniaujam ir atostogaujame.

Apie tai, kokių svarbiu tapo Čikagos lietuvių bėgimo klubas Ilonai Dovydaitei, apie jos kelią į pasaulį, kur žmonės užmiršta kasdienybę judėdami kartu, - tolesnis pasakojimas. Viskas Ilonai prasidėjo nuo noro surengti sau gyvenimo šventę.

„Gimtadienis dažnai kviečia į kažką ypatingo, o 40-ojo gimtadienio proga norėjau nepaprastos dovanos – nubėgti maratoną. Tikslas buvo įrodyti, kad galiu įveikti tikrą iššūkį. Iš pradžių nežinojau, nuo ko pradėti. Bėgimo pasaulis buvo visiškai paslaptis. Ieškojau patyrusių bėgikų patarimų. Taip atradau Čikagos lietuvių bėgimo klubą. Pirmasis susitikimas buvo bauginantis. Nėrimavau, ar suspėsiu, ar pritapsiu, bet vos tik atvykusi pajutau, jog čia – sielos draugai. Jie kalbėjo aistringai apie varžybas, treniruotes, mitybą, kilometrus ir kaip išvengti „sienos“. Kiekvienas žodis buvo naujas, ir viską sugėriau kaip kempinė. Prisimenu pirmąjį bėgimą su klubu – atbėgau paskutinę, bijodama pasiklysti vasario šaltyje. Noras pasiekti tikslą stūmė į priekį. Sekmadienis po sekmadienio vis sugrįždavau į bėgimus. Susitikimai su bėgimo šeima tapo brangia rutina. Grupė dalindavosi treniruočių strategijomis, naujausiais mitybos patarimais, naujais bėgimo bateliais ir artėjančiais maršrutais. Toliau nuo darbo ar namų kasdienybės šie sekmadieniai tapo šventais. Kiti galbūt vadino juos bepročiais, kad jie būdavo lauke 7 valandą ryto, bet jie buvo nuoširdžiai laimingi. Kiekviena finišo linija žadino laukimą kito sekmadienio bėgimui. Pamėgau kviesti naujus narius, prisimindama savo pradžią – pirmąjį 5 km bėgimą, pirmąjį pusmaratoną ir galiausiai – pirmąjį maratoną. Kai kirtau jo finišo liniją, džiaugsmo ašaros riedėjo veidu nesulaikomai. Net ir dabar, įveikus daugiau nei dešimt maratonų, tas pirmasis išlieka ypatingu širdyje. Esu nepaprastai dėkinga, kad atradau šį pomėgį, radau sielos draugus, sukūrėme bendruomenę ir bėgimo šeimą. Tegul laukia dar daug prisiminimų bėgant! Bėgimas dabar yra neatsiejama mano gyvenimo dalis. Ačiū, Čikagos lietuvių bėgimo klube, už jūsų nepajudinamą palaikymą, supratimą ir viską.“

Tokios keleto klubo bendraminčių bėgimo istorijos. O mano pažintis su maratonu buvo labai netikėta. 2016 metais Daiva Jakštas vėl ruošėsi pažymėti įsimintinai dar vieną savo gimtadienį, tačiau dėl traumos negalėjo dalyvauti. Tai tapo mano trampolinu į maratonus. Tiesiog bėgau už ją savo pirmąjį, avantiūristiškai, sunkiai, nes nebuvau pasiruošęs ir jau 63 metų senelis, galvojantis apie pensiją ir savo 6 anūkus. Įveikiau. Greičiau nei mano 30-metė viršininkė darbovietėje. Tada ir supratau, ką tai reiškia, kuo tai traukia ir kuo tampa. Ir kai manęs klausia, kodėl aš bėgu maratoną, geriausia, ką galiu atsakyti: „Nes aš galiu!“. Po pirmojo sekė kelionė per maratonų pasaulį, nes užsimaniau nubėgti bent po vieną visose šalyse, po kurias pasklido mano šeima. Po pirmojo Čikagoje - Vilnius 2018.09.09, po to – vėl Čikaga, Kyoto, Maskva 2019.09.22, Brightonas (virtualiai dėl Covid), New York (virtualiai dėl Covid), Honolulu, vėl Čikaga 2021.10.10, Brighton UK, Berlynas. Taip pat du Ultra bėgimai, iš kurių Kuršių nerijos Trail 74 km tapo mano ilgiausiu pagal distanciją ir laiką. Ir du triatlonai. Apie kiekvieną bėgimo epi-

zodą, turint laiko ir sugebėjimus, galima rašyti knygą, tačiau kai bėgant Brighton pamatę mane vaikaičiai Aleksandras ir Audrey pradėjo bėgti kartu, o jų tėtukas, negalėdamas jų pavyti, panikavo, nes bijojo, kad pasimes minioje, ar kai ties 17-ta mylia Berlyne man atsigerti ištiesia vilniškai vaikaičiai Miglė ir Kostas, ar kai Kyoto maratono liniją kerti kartu su sūnumi Miku, supranti, kad ir jiems, mano šeimai tai reiškia daug. Yra tik vienas geras atsakymas į klausimą, kodėl bėgi: „Nes aš galiu.“

FB Grupėje The Running Week 08.05.2025 radau nežinomo autoriaus tekstą, kurį adaptavau šiam pasakojimui:

Bėgimas

Ne visada jis suteikia jėgų.

Kartais palaužia.

Kartais parodo ribas, o ne praplečia jas.

Kai skauda kelius, kai kvėpavimas sunkus,

Kai tempas vos primena judėjimą pirmyn...

Ir vis tiek tu eini

Nes bėgimas – ne apie nepažeidžiamumą.

Tai apie drąsą pasirodyti, žinant, kad toks nesi.

Apie širdies tvinksnius ausyse,

Apie gyvenimo trapumą,

Apie tylų skausmą, kluptelėjimus,

Apie tai, kad kūnas gali tik tiek – ir tai yra gerai.

Tai pasirinkimas judėti. Vis tiek.

Bėgimas – tai trapumo grožis.

Tai nuoširdumas.

Tai poezija.

Tai drąsa.

Bėgti – tai sakyti:

„Žinau, kad nesu nepalaužiamas.

Bet aš vis dar čia. Vis dar judu. Vis dar stengiuosi.“

Ir tai svarbiau už tempą.

Svarbiau už atstumą.

Svarbiau už medalius.

Nes galingiausios akimirkos nutinka ne tada, kai įveikiame mylias,

O tada, kai vos laikomės... bet vis tiek einame pirmyn.

Šiandien – ar bėgai greitai, lėtai, ar visai nebėgai – prisimink:

Pastangos neapibrėžiamos tobulumu.

Jos apibrėžiamos buvimu.

Ir šiame pasaulyje, kuris ragina slėpti nuoširdumą,

Bėgimas leidžia būti tokiu, koks esi:

Tikru. Atviru. Nuostabiai žmogišku.