

Popow: Znów będę produkować wyniki

■ Rozmawiali Karolina Kowalska i Radosław Leniarski 2007-06-23, ostatnia aktualizacja 2007-06-23 20:27:26.0

Nie wystarczy chęć bycia zwycięzcą, a uzmysłowienie sobie, że się nim jest. Nie wierzę, że jeśli uwierzę, że będę najlepszy, to stanie się tak rzeczywiście. Dlatego nigdy nie myślałem o medalach, tylko po nie sięgałem.- mówi "Gazecie" najwybitniejszy pływacki sprinter

16 czerwca 2000 roku, podczas klasyfikacji olimpijskich w Moskwie, Aleksander Popow pobił rekord świata na prestiżowym pływackim dystansie 50 m kraulem.

Wynik 29-letniego wówczas Popowa niemal rekordowo długo utrzymuje się na pierwszym miejscu tabeli wszech czasów. Poprzedni, ustanowiony w 1990 roku przez Amerykanina Toma Jagera, Rosjanin wymazał po 10 latach. Szybciej niż 21,64 sekundy na 50 m nie popłynął odtąd nikt, nawet z pomocą opinającej ciało skóry rekina, diety, ćwiczeń profilujących mięśnie oraz innych osiągnięć rozwijającej się w szalonym tempie pływackiej technologii. Aleksander Popow rozstał się z pływaniem w wieku 34 lat - wciąż będąc na szczycie - w lutym 2005 roku. O powodach swojej decyzji opowiedział "Gazecie" podczas marcowych mistrzostw świata w Melbourne.

Karolina Kowalska, Radosław Leniarski: W Melbourne żadnemu ze sprinterów nie udało się zejść poniżej 21,82 sekund na 50 metrów kraulem. Najszybszy przyplął 0,16 sekundy wolniej od pana rekordu świata. Nie możemy się oprzeć wrażeniu, że mógłby pan nadal swobodnie z nimi wygrywać.

Aleksander Popow: Może i mógłbym, ale trzy lata temu zdecydowałem, że chcę robić w życiu co innego. Pływanie to nie tylko medale i zawody, ale bardzo ciężkie treningi, wymagające całkowitego poświęcenia. Po sześciu godzinach wysiłku człowiek może już tylko odpoczywać i zbierać siły na kolejny dzień treningu. Nie ma miejsca na własne życie, na rodzinę. Teraz mam czas na tak proste rzeczy jak pójście do parku i sprawdzenie synom pracy domowej. Po prostu na życie.

I nie znalazłby pan w tym życiu czasu na trening?

- Nie chcę go znaleźć.

Nie nęci pana, żeby jeszcze raz stanąć na podium, zobaczyć na tablicy wyników migające WR (World Record - rekord świata)?

- Naprawdę nie. W pewnym momencie dochodzi się do punktu, w którym należy się zatrzymać. Nie mogę przecież pływać do sześćdziesiątki, nawet przy najlepszych wynikach.

Skąd pan wiedział, że przyszedł ten moment?

- To się po prostu czuje. Któregoś dnia pomyślałem, że żadna siła nie jest w stanie mnie zmusić do pójścia na trening i przepłynięcia choć jednej długości basenu. Od pewnego czasu ciało odmawiało mi posłuszeństwa. Nie chodziło o sportowe urazy czy kontuzje, bo tych przez ponad 20 lat kariery nie miałem nigdy. Nie traciłem na wadze, nie ubywało mi mięśni. Po prostu nie mogłem już całkowicie kontrolować mojego organizmu, świadomie nim sterować. Musiałbym włożyć w pływanie więcej wysiłku.

Po igrzyskach w Atlancie w 1996 roku o mało nie stracił pan życia, kiedy na moskiewskim targu ranął pana nożem sprzedawca arbuźów. Ostrze weszło pod żebro i zahaczyło o płuco. Pan już kilka miesięcy później wygrywał w pływackich zawodach. Przy tamtej walce o życie, zdrowie, a później o powrót do sportu cięższy trening to chyba pestka?

- Rekonwalescencja po wypadku zajęła mi 10 miesięcy i wcale nie było to tak łatwe, jak się wydaje. Dzisiaj wolę o tym nie pamiętać. Udało mi się z tego wyjść, bo dokładnie wiedziałem, dokąd chcę dojść. Podniosłem się, bo wiedziałem, że jeszcze dużo przede mną. Teraz nie widzę już dla siebie przyszłości w pływaniu. To trochę jak z czytaniem. Kiedy kończysz czytać książkę, przewracasz ostatnią stronę i odkładasz tom na półkę, by - najprawdopodobniej - już nigdy do niego nie zajrzeć. Nawet gdyby była to powieść na miarę literackiego Nobla.

Eee, można sięgnąć po drugą część. Harry Potter miał ich nawet kilka

- Ale ja na pewno nie jestem Harrym Potterem, a pływanie to nie była bajka. Uwierzcie, to prawdziwa historia, i to z tych trudniejszych. Nie chciałbym kolejny raz jej przeżywać.

Mówiono, że treningi u legendarnego Giennadija Tureckiego były za ciężkie nawet dla pana.

- Za ciężkie? Jeżeli chce się osiągać rezultaty, trzeba w to włożyć wysiłek, zainwestować na poczet przyszłych wygranych. Poprzez ciężki trening zbudowaliśmy bazę i przez lata mogliśmy pływać na poziomie światowym. To idea słuszna i logiczna, tak jak nie zaczyna się budować domu od dachu, tylko od fundamentów. Wszyscy, którzy stosowali się do zaleceń Giennadija - m.in. Michał Klim czy Mathew Dunn - mieli osiągnięcia.

Ale z tej grupy tylko pan tak długo utrzymywał się na szczycie. Dlaczego?

- Nie chcę mówić, że byłem najlepszy, ale prawda jest taka, że niewielu ludzi może wspiąć się na sam szczyt. Jest na

świecie bardzo wąska grupa osób, która przekracza bariery dla innych nie do złamania. Sztuką jest wyselekcjonować ich z grupy tych najlepszych. I właśnie to udało się w moim przypadku Giennadijowi. Zobaczył we mnie potencjał i postanowił go wydobyć. Ten sukces zbudowaliśmy razem.

Jako zawodnik budził pan strach innych pływaków. Podobno rozmawiał pan tylko z najlepszymi. Do Bartosza Kizierowskiego (najlepszy polski sprinter, do rekordu świata Popowa na 50 m kraulem brakuje mu 0,24 sekundy) po raz pierwszy przeszedł pan w 1999 roku, kiedy wyprzedził pana na MŚ w Hongkongu. Wielu znanych sprinterów wspomina, że sam pana widok rozkładał ich na łopatki, a spojrzenie odbierało wiarę w siebie. Inni mówią, że biła od pana łuna niepodważalnej pewności siebie. Prowadził pan walkę psychologiczną?

- Moja filozofia zwycięstwa jest prosta: na szczycie jesteś sam i nie możesz dopuścić do siebie tych, którzy chcą cię strącić. Trzeba też rozumieć, że jest się najlepszym. Nie wystarczy chęć bycia zwycięzcą, a uzmysłowienie sobie, że się nim jest. Nie wierzę w metodę wizualizowania sukcesu, tego, że jeśli uwierzę, że będę najlepszy, to stanie się tak rzeczywiście. Można myśleć, że jest się najlepszym i być pierwszym od końca. Dlatego nigdy nie myślałem o medalach, tylko po nie sięgałem. Mało kto to potrafi.

Michael Phelps, pływakackie objawienie ostatnich lat, wydaje się to rozumieć. Czy uznałby go pan za wybitnego pływaka?

- Obecnie jest wielu interesujących pływaków - Holender Pieter van den Hoogenband, Amerykanin Aaron Peirsol, Australijczyk Grant Hackett. Michael Phelps jest bardzo dobrym pływakiem, tak jak Hoogenband czy Peirsol. Każdy z nich jest przypadkiem indywidualnym, niepowtarzalną osobowością. Trudno powiedzieć, który jest lepszy, bo pływają na różnych dystansach. O tym, że są wybitni, świadczy samo to, że każdemu udało się zostać mistrzem. Tylko profesjonalny sportowiec rozumie, ile to wymaga wysiłku, poświęcenia i siły psychicznej. Dobry jest też wasz Bartosz. Wierzę, że jeszcze wiele osiągnie.

To Bartek pobije Pana niewymazywalny rekord świata?

- Jeśli będzie miał szczęście. Nie będzie mu łatwo, bo facetów, którzy pływają "pięćdziesiątkę" poniżej 22 sekund, jest przynajmniej dziesięciu.

Wielu mówi, że Pana rekord jest nie do pobicia.

- Bez przesady! Rekordy są właśnie po to, żeby je bić. Jak we wszystkim i w pływaniu chodzi o ciągły progres. Staramy się udoskonalać technikę, wymyślać nowe rzeczy i wygrywamy z niemożliwym.

Właśnie. Pan swój rekord bił w slipkach. Zmniejszające opory skóry rekina weszły dobrych kilka lat temu, a wynik pozostaje nietknięty.

- Mój rekord utrzyma się na tablicach przez następne 20 lat tylko pod warunkiem, że pływakom każą pływać nago. Niedługo jakaś "skóra" się z nim upora.

Z Pana wiedzą i doświadczeniem mógłby pan szkolić pływaków. Kiedy zakończył pan karierę, mówiono, że razem z Giennadijem Tureckim poprowadzi pan rosyjskich długodystansowców.

- Wciąż słyszę coraz ciekawsze plotki na swój temat. Prawda jest taka, że nie zamierzam być trenerem. Po wyjściu z wody przez jakiś czas mieszkałem w Szwajcarii, a potem wróciłem do ojczyzny. Zapomniałem już, że byłem legendą pływania. Żyję zupełnie czym innym, nie oglądając się za siebie. Mieszkam z rodziną w Moskwie i zajmuję się swoją nową pasją - biznesem. Jako zawodnik zawsze byłem sam dla siebie menedżerem, załatwiałem kontrakty, negocjowałem warunki. Te umiejętności przydają mi się dzisiaj, kiedy rozkręcam własną firmę.

Ikona pływania będzie teraz ikoną biznesu?

- Spotkajmy się za 10 lat, to odpowiem na to pytanie.

Co będzie produkować Pana firma?

- Jak to co? Wyniki!

Rozmawiali Karolina Kowalska i Radosław Leniarski