0 Miles - 26.2 Miles - SKU

నాకు ఎప్పుడూ అనిపించేది, నేను మరణించటం అంటూ జరిగితే (అదెలాగూ ఎప్పుడో అప్పుడు జరిగితీరుతుంది లెండి!) బహుశా గుండెకి సంబంధించిన ఎదో ఒక నోరు తిరగని రోగం తోనే అని. కారణం? నేను తినే తిండి. నాకు ఇష్టమైనవి అన్నీ శుద్ధమైన నెయ్యితో చేసినవి. బస్ ఎక్కి ప్రయాణించే రోజుల్లో ఎప్పుడైన కొద్దిగా నడవటం తప్ప చేసిన వ్యాయామం అంటూ ఏమీ లేదు. కారణం, నేను స్వతహా గా సన్నం గా వుంటాను. వ్యాయామం అనేది స్థూలకాయులకి కానీ నాలాంటి వాళ్ళకి కాదు అనే దురభిప్రాయం! ఆ కారణం చేత ఎదురుగా నేను ఎక్కాల్సిన బస్ వెళ్ళిపోతున్నా పరిగెత్తి దానిని అందుకునే ప్రయత్నం చేసినది కూడా చాలా తక్కువ. సర్లే, తరువాతి బస్ పట్టుకోవచ్చు, ఇప్పుడు దాని కోసం పరుగెత్తి ఆయాసపడిపోయి రొప్పటం ఎందుకు అనే ఆలోచన.

ఇలాంటి పరిస్థితుల్లో బోస్టన్ వచ్చాను. ఇక్కడకి రాగానే కార్ కొనటం అయింది. దానితో అదివరకు చేసిన కొద్దిపాటి నడక అనే వ్యాయామం కూడా కరువైంది. ఇక్కడ స్నేహితుడు ఒకతను AID అనే సంస్థ కార్యకర్త. వాళ్ళ సంస్థ, ASHA అనే ఇంకో సంస్థ రెండూ కలిసి నిధుల సేకరణ కోసం Marathon లు పరిగెట్టడం, శిక్షణ ఇవ్వటం లాంటి కార్యక్రమాలు చేపడుతూ వుంటారని చెప్పారు. ఏమిటో చూద్దాం అని ఈ సంవత్సరం మీ శిక్షణ ఎప్పుడూ? అని అడిగాను. అడిగి ఆ విషయం మర్చిపోయాను.

ఆయన నా ప్రశ్నని గుర్తు పెట్టుకొని, నాకు ఈ సంవత్సరం ఏప్రెల్ నెలలో ఒక ఇ-మైల్ పంపించారు. కేవలం కుతూహలం తో వెళ్ళాను.. అప్పటికి నేను MIT చూడలేదు. కాని వెళ్ళాక నా జీవితమే మారిపోయింది. అక్కడ వాళ్ళ కార్యక్రమం గురించీ, శిక్షణ గురించీ, మేము సేకరించిన నిధులని ఖర్చుపెట్టే పథకాల గురించీ విన్నాక నేను ఎప్పటి నుండో "ఏదో చేయాలి" అని పడే తపన కి కార్యరూపం ఇవ్వాల్సిన సమయం, అవకాశం ఇదే అని అర్థం అయింది, ఈ సంవత్సరం వాళ్ళ దగ్గర శిక్షణ తీసుకొని, వారికి నిధులు సేకరించే బాధ్యత తీసుకోవటానికి సిద్ధపడ్డాను.

కానీ, నేను ముందే చెప్పినట్టు, అసలు ఎప్పుడూ పరిగెత్తలేదు. నాకు ఏమిటో పరిగెత్తడం చాల ఇబ్బందికరం గా అనిపిస్తుంది. స్వతహాగా అలవాటు అయిన బిడియం వలన కావచ్చు. May 2 న మా మొదటి పరుగు. మొదటి గ్రూప్ రన్ తేదీ తెలిసిన వెంటనే కొంచెం దాని కోసం సిద్ధంగా వుంటే మంచిది అనిపించి, మా బిల్డింగ్ కాంప్లెక్స్ చుట్టూ నాలుగు రౌండ్స్ వేస్తే బాగుంటుంది అనిపించింది. ఒక రౌండ్ లో సగం పూర్తి చేసేసరికి ఆయాసం, చలి అన్ని రకాల కారణాలూ (పరిగెత్తడం మానేయటానికి) కనపడ్డాయి. అయినా సరే, ఆ శనివారం మొదటి గ్రూప్ రన్ కి వెళ్ళాను.

అక్కడ మొత్తం 60 మంది దగ్గరకి వచ్చారు. అంతమంది లో నేను మాట్లాడిన అధిక శాతం అంతకు ముందు ఎప్పుడూ పరిగెత్తిన అనుభవం లేని వారు అని తెలిసి కొంచెం ధైర్యం వచ్చింది. మొదటి పరుగు మేము పరిగెత్తగలిగితే మూడు మైళ్ళు, లేకపోతే ఒకటిన్నర మైలు అన్నారు. ఇంకొక విషయం ఆరోజు కుండపోత గా వర్షం. వర్షం అయినా వడగళ్ళు అయినా పరుగు పరుగే అని మా కో-ఆర్డినేటర్ ముందే చెప్పారు. కనుక వర్షం కోసం అనీ, నా పరుగు కోసం అని అంతకు ముందు వారం కొన్ని కొత్త బట్టలు, షూ వేసుకొని సిద్ధం అయ్యాను. సరిగ్గా పరిగెత్తడం

మొదలెడుతుండగా ఎందుకో నా కొత్త జాకెట్ చూసుకుంటే పక్కల రెండు వైపులా ధర వున్న టాగ్ లు తగిలాయి. వాటిని ఎవరైనా చూస్తే నాకు పరిగెత్తడం లో ఎంత అనుభవం వుందో పసిగట్టేస్తారని దొంగచాటుగా వాటిని తెంపి పైకి చూస్తే ఇద్దరు ముగ్గురు నేను చేసిన పని కి ముసి ముసి నవ్వులు నవ్వుకుంటూ కనిపించారు!

మొదటి రోజు పరుగు లో అమ్మాయిలందరికన్నా ముందు పరుగు పూర్తి చేసి, నేను ఆ రోజే 26.2 మైళ్ళు పూర్తిచేసేసిన సంతోషం అనుభపించేసాను. మా టీమ్ లో ఒకబ్బాయి "నువ్వు చాలా బాగా పరిగెడుతున్నావు" అని అనేసరికి నన్ను ఎదో "ఫ్లోరెన్స్ గ్రిఫిత్ జోయ్నర్" అని పిలిచినట్టు ఉబ్బిపోయాను.

మా శిక్షణ మొదలయింది. మొదటి రోజు ఒకటిన్నర మైలు తో మొదలయి అయిదు నెలల కాలం లో 22.5 మైళ్ళు పరిగెత్తగలిగే స్థాయికి వచ్చాము. ప్రతీ శనివారం పొద్దుట ఏడు గంటలకి మా పరుగు మొదలయ్యేది. దాని కోసం గంట ముందు ఏదో ఒకటి తినాలి అన్నారు మా కోచ్ జొనాథన్. ఆ పరుగులు అన్నీ బోస్టన్ లో వుండేవి. నేను వుండేది క్విన్సీ లో. ఇక్కడ నుండీ బోస్టన్ వెళ్ళాలంటే దాదాపు గంట పట్టేది. అంటే, దాదాపు నాలుగున్నరకి లేవాల్సి వచ్చేది ప్రతీ శనివారం. మొదట్లో పరుగులు అన్నీ అట్టే దూరం వుండేవి కావు కాని, కొంచెం దూరాలు పరుగెత్తడం మొదలెట్టాక, పరుగు అయి ఇంటికి వచ్చి, ఇంక రెండు రోజులూ కాళ్ళు నెప్పులూ, ఒళ్ళు నొప్పులతో మూల్గులతో సరిపోయేది. దాని వలన వారాంతం చేయాల్సిన బట్టలు వుతుక్కోవటం, సరుకులు తెచ్చుకోవటం, ఇల్లు శుభ్రపర్చుకోవటం వగైరా కార్యక్రమాలు ఏవీ చేసే పరిస్థితి లో వుండేదాన్ని కాదు.

ఎన్ని బాధలూ, ఎన్ని నొప్పులూ వున్నా, నేను చేస్తున్నది ఒక మంచి పని అనే నమ్మకం, దానిని సమర్ధవంతం గా పుర్తి చేయగలను అనే విశ్వాసం వుండటం వలన ఎప్పుడూ శనివారం పొద్దుట పక్క మీద నుండి లేవబుద్ధి అవనప్పుడు కూడా ఈ ప్రయత్నం మానేయాలన్న ఆలోచన రాలేదు. నేను నిర్ణయం తీసుకున్న కొత్తల్లో నాన్నగారు "ఎందుకమ్మా నీకీ పరుగులు, అసలే మనిషివి అంత సన్నం గా వుంటావు, ఇలాంటి పనులు చేసి ఏమన్న ఒంటి మీదకి తెచ్చుకున్నా, ఏ కాలైన విరగ్గొట్టుకున్నా, నీకు ఒక పూట వండి పెట్టేవాళ్ళు కూడా అక్కడ లేరు" అని చెప్పేవారు. పైగా నేను ఈ పరుగు AID - ASHA సంస్థలకి నిధులు సేకరణ కోసం చేస్తున్నా అంటే, "నీకు అంత డబ్బు సాయం చేయాలని వుంటే, నువ్వు ఇవ్వగలిగినంత ఇవ్వు. అంతే కానీ, నిన్ను క్షోభ పెట్టుకొనీ, కాళ్ళు పుళ్ళు పడేలా ఆ పరుగులు పెట్టీ, నలుగురినీ అడిగి మరీ ఇవ్వాలా?" అని అడిగారు.

ఈ ప్రశ్న మొదట్లో నాకూ అనిపించింది. కానీ, నేను డబ్బు అడిగేది నా కోసం కాదు. ఒక మంచి పని కోసం అని ఆలోచించినప్పుడు ఆ సందేహాలు అన్నీ పటాపంచలు అయ్యేవి. శిక్షణ మధ్య లో AID సంస్థాపకులు రవి, ఆయన శ్రీమతీ బోస్టన్ వచ్చారు. వారిని కలిసే అదృష్టం నాకు ఈ శిక్షణ కార్యక్రమం పుణ్యమా అని దక్కింది. వారిని మన కబుర్లు సైట్ కోసం ఇంటర్వ్యూ చేద్దామనుకున్నాను కానీ, నా పని వత్తిడి వలన, వారి టైట్ షెడ్యూల్ వలన కుదరలేదు.

శిక్షణ మూడు వంతులు పూర్తి అయిన దశ లో Cape Ann Half Marathon ని పరిగెత్తమని మా కోచ్ చెప్పారు. అది చాలా కష్టమైన రేస్, పూర్తిగా కొండలతో నిండి వుంటుంటుంది, దానిని పరిగెత్తడం వలన, కండరాలు బాగా రాటుదేలుతాయి అని చెప్పారు. దానిని పరిగెత్తచ్చు అని మొదట్లో ఉత్సాహం గా Hills Training కి కూడా వెళ్ళాను. కుదరని రోజు మా ఇంటి పక్కన

వున్న Walmart కొండ మీడ ప్రాక్టీస్ చేసేదాన్ని. ఏమొచ్చిందో, సరిగ్గా ఆ రేస్ ముందు రోజు చేయగలనా అనే సందేహం వచ్చింది. అది రావటం మొదలు పురుగులా ఆ భయం నా బుర్రని తొల్చివేసింది. ఆఖరికి పరిగెత్తలేదు.

మరుసటి వారం, ఆ రేస్ పరిగెత్తి అలసిపోయిన వాళ్ళకి రివార్డ్ గా Cut back అన్నారు. అంటే, కేవలం పది మైళ్ళు పరిగెట్టితే చాలు అన్నారు. నా సంగతి వేరే కదా.. నేను మరి ముందు వారం రేస్ పరిగెత్తలేదు. కనుక నేను కుడా 10 మైళ్ళు పరిగెట్టితే చాలా లేక ఎక్కువ పరిగెత్తమంటారా అని మా కోచ్ ని అడిగాను. ఆయన నన్ను 17 మైళ్ళు పరిగెత్తమని చెప్పారు. నేను 17 కాదు 19 పరిగెడదాం, ఆ extra 2 మైళ్ళూ కొండల మీద పరిగెడితే పడే శ్రమ కి సరిపోతుంది అనుకున్నాను. పరిగెట్టేది Minuteman Trail మీద. అది మొత్తం పదకొండున్నర మైళ్ళు పొడవు వుంటుంది మేము పరుగు మొదలు పెట్టే చోటు నుండి. 19 మైళ్ళు అంటే, తొమ్మిదిన్నర మైళ్ళు పరిగెట్టి వెనక్కి వచ్చేద్దాం అని ప్లాన్. కానీ తొమ్మిదో మైలు దగ్గర వుండగా లేదు ఇంకా పరిగెత్తగలను అనిపించి, తొమ్మిదిన్నర మైలు మార్కర్ కూడా దాటి పోయి పరిగెట్టడం కొనసాగించాను. అప్పుడు గుర్తొచ్చింది.. ఇలా ఇప్పుడు వెళ్ళిపోవటం బానే వుంటుంది కానీ మళ్ళీ మొదలు పెట్టిన చోటుకి తిరిగి రావటానికి వొంట్లో శక్తి మిగలకపోవచ్చు అని.. దానితో పదో మైలు మార్కర్ దగ్గర వెనుతిరిగి పరిగెట్టడం మొదలెట్టాను.

మొత్తానికి ఆయసపడుతూ, రొప్పుతూ ఇరవై రెండున్నర మైళ్ళు పరిగెట్టాను ఆ రోజు. మా వాటర్ సపోర్ట్ వలంటీర్ తో నేను పరిగెత్తిన దూరం ఎంతో చెప్పగానే, మా కోచ్ కి ఈ విషయం వెంటనే చెప్పమని అన్నారు. నేను గొప్ప గా కోచ్ కి ఆ విషయం చెప్తే ఆయన, నువ్వు ఇలాంటి దుందుడుకు పనులు చేసి, నెలల తరబడి పడిన శ్రమని వృధా చేసుకుంటావు అని హెచ్చరించారు. ఆయన అంతలా ఎందుకు చెప్తున్నారో అప్పుడు అర్థం కాలేదు, రెండు రోజుల తరువాత అర్థం అయింది.

ఎప్పుడో గట్టిగా తుమ్మినప్పుడు కడుపు లో ఏదో లిగమెంట్ దెబ్బ తిందిట.. శరీరాన్ని అసలు తిప్పలేని పరిస్థితి అయింది. డాక్టర్ ని మరి నా పరుగు సంగతి ఏమిటీ అంటే, చూడు పరిగెడుతున్నప్పుడు ఏ మాత్రం నొప్పి అనిపించినా పరిగెట్టడం ఆపేసేయ్ అన్నారు. ఆవిడ సలహా మీద 600 Ibuprofen తీసుకొని, ఆ మరుసటి వారం 18 మైళ్ళు పరిగెట్టాను. కానీ అప్పటి నుండీ నా Pace తగ్గిపోయింది. అంతవరకూ 10.30 - 11.00 నిమిషాలకి ఒక మైలు పరిగెడుతున్నదానిని ఆ తరువాత 12.00 నిమిషాలకి ఒక మైలు చొప్పున పరిగెడితే ఏమీ బాధ లేకుండా, అంతకన్నా ఎక్కువ వేగం గా పరిగెత్తినప్పుడల్లా చివర్లో చెప్పలేనంత బాధ తో నడిచే పరిస్థితి మొదలయింది.

ఆ సమయం లోనే నేను మారథాన్ పూర్తి చెయ్యాల్సిన టైము గురించి ఆలోచించాను. "అయిదు గంటల్లో పూర్తి చేస్తానేమో!?" అనుకున్నాను కొంచెం ఆశగా. ఆశగా అని ఎందుకు అన్నానంటే, సరిగ్గా నా పెద్ద పరుగు రోజుకి నాకు ఆడవాళ్ళ ఇబ్బందులు కూడా మొదలయ్యే టైము అని అర్థం అయింది. ఇంక ఇప్పుడు ఏమన్నా చేసే పరిస్థితి కూడా లేదు. ఎంత నొప్పి వున్నా, ఏదో మందో మాకో తీసుకొని పరిగెడతాను తప్ప మధ్యలో మాత్రం ఆగను అని నాలో నేను శపథం చేసుకున్నాను కానీ, లోపల్లోపల ఎక్కడో భయం వెంటాడుతూనే వుంది, బాధ భరించలేక మధ్యలో ఆగిపోతానేమో, నా మీద నమ్మకం తో నా పరుగు కి సాయం చేసిన కోచ్, వలంటీర్లూ, నాకు డొనేషన్లు ఇచ్చిన వాళ్ళూ వీళ్ళందరికీ ఏమని సమాధానం చెప్తాను!? అని అనుకుంటూ.

* * *

October 20 న తారీఖున చికాగో చేరుకున్నాం మా టీమ్ సభ్యులు అంతా.

రేస్ ముందు రోజు చికాగో లో హోటల్ లో బ్రేక్ ఫాస్ట్ కోసం కిందకి వచ్చినప్పుడు మా టీమ్ మేట్ శరత్ అడిగారు.. TV చూసావా? రేపంతా వర్షం అంట.. high 42 అంట, low 38 అంట.. నేను తిండి ఇది లో గమనించలేదు కానీ, మా మిగిలిన సభ్యుల మొఖాలు ఆ విషయం చూసే వాడిపోయి వున్నాయి అని అప్పుడు చూసాను. నాకు భయం పట్టుకుంది. నేను పరిగెత్తిన ఆఖరి వర్షం లోని పరుగు గుర్తొచ్చింది. 17వ మైలు దగ్గర పూర్తిగా తడిసిపోయిన shoes తో ఇంక పరిగెత్తలేక మధ్యలో ఆగి పోయిన భయంకరమైన జ్ఞాపకం కళ్ళముందు flash-back వేసుకుంది.. నాకు కనీసం cap పెట్టుకొని పరిగెత్తే అలవాటు కూడా లేదు.. "శతకోటి దరిద్రాలకి మరొక దరిద్రం తోడు!" అనుకున్నాను. ఇక్కడ వర్షం గురించి విన్న మా కోచ్ బోస్టన్ నుండి ఫోన్ చేసి చెప్పారు.. వంటి నిండా వేసిలైన్ పట్టించుకొని పరిగెట్టండి, పేంట్ లు కాదు.. shorts వేసుకుని పరిగెత్తండి సులువు అవుతుంది పరుగు, ఏమైనా, భయం లేదు, మీరు పూర్తి చెయ్యగలరు, ధైర్యం గా వుండండి అని ధైర్య వచనాలు చెప్పారు. Registration packet ని collect చేసుకోవటానికి EXPO కి వెళ్ళినప్పుడు అక్కడ ఒక wind breaker చెవులకి head band అప్పటికప్పుడు కొన్నాను.

అక్కడ Personalized Marathon DVD బూత్ చూసి, order చేద్దామా అని ఆలోచించాను. కానీ, నేను పరుగు పూర్తి చేస్తానో లేదో అనే అనుమానం తో అంతకు ముందు ఆగి పోయాను. ఇప్పుడు కూడా ఆదే సందేహం. "లేదు, నేను ఎలాగైనా ఈ పరుగు పూర్తి చేస్తాను.. చెయ్యాలి.. " అని వెళ్ళి DVD ని order చేసాను. అక్కడ order చేస్తే, మన personal message ని record చెయ్యచ్చు. ఏదో ఎమోషన్. ఇంగ్లీష్ లో మనం ఈకు. "నేను నా language లో మాట్లాడచ్చా?" అడిగాను అక్కడ రికార్డ్ చేస్తున్న అమ్మాయిని. "నీ ఇష్టమొచ్చిన బాష లో నీ మెసేజ్ రికార్డ్ చెయ్యచ్చు" చెప్పారు ఆవిడ. నా మెసేజ్ రికార్డ్ మొదలవుతుండగా ఎందుకొచ్చిందో కళ్ళల్లో నీళ్ళు వచ్చి, గొంతు పెగలలేదు. ఎవరి కోసం ఈ పరుగు అంటే.. అమ్మే గుర్తుకు వచ్చింది. నన్ను వెనుక వుండి ధైర్యం చెప్తున్నది అమ్మే అనిపించింది.. అమ్మకే నా పరుగు ని అంకితం చేసాను. ఎన్నో చెప్పాలనుకునీ, ఏదీ చెప్పలేక మొత్తానికి 30 సెకన్లూ మింగేసాను.

EXPO సెంటర్ లో మేము పరిగెత్తబోయే 26 మైళ్ళ గురించీ 26 ఆసక్తికరమైన విషయాలతో అక్కడ పోస్టర్లు పెట్టారు. అన్నీ వరుసగా చదువుతూ, 23 వ మైలు దగ్గరకి వచ్చేసరికి.. నేను ఈ 23 వ మైలూ, ఆ తరువాతి మైళ్ళ తాలూకు వింతలూ విశేషాలూ రేపు చూడగలనా? ఒకవేళ అంత దూరం పరిగెత్తగలిగినా, ఇవన్నీ పరిశీలించే ఓపిక నాలో మిగిలి వుంటుందా?! ఆలోచిస్తుంటే మళ్ళీ "ఛా ఇలా ఇంత భయపడుతున్నానే మిటీ.. నేను పూర్తి చేస్తాను.. ప్రాణం మీదకి వచ్చే పరిస్థితి లో తప్ప ఆగను!" మరోసారి నాకు నేను ధైర్యం చెప్పుకొని.. నా మిగిలిన టీమ్ మెంబర్ల వైపు నడిచాను.

ఈ రకం గా శిక్షణ పూర్తి అయింది. నేను పరిగెడుతున్న Pace బట్టీ అయిదు గంటలలో Marathon ని పూర్తి చేయాలని goal set చేసుకున్నాను. ఆ ప్రకారం, నాతో పరిగెడ్తున్న ఇంకొక అమ్మాయి తో కలిసి 5.00 hrs Pace టీమ్ తో కలిసి పరుగు మొదలెడటానికి నిర్ణయించుకున్నాను. Pace Team అంటే, Marathons అన్నిటిలోనూ, మనం పరిగెట్టాలనుకున్న వేగం లో పరిగెట్టడానికి

వీలుగా ఆ టీమ్ తరఫున ఒక వ్యక్తి ఆ టీమ్ టార్గెట్ టైం రాసి వున్న పెద్ద బోర్డ్ పట్టుకొని మొత్తం 26.2 మైళ్ళూ పరిగెడతారు. మనం ఇంక వాచీ అదీ చూసుకునే బాధ లేకుండా ఆ వ్యక్తి వెనుకాల పరిగెడితే, అనుకున్న టైమ్ లో marathon ని పూర్తి చేయచ్చు. మనకీ, మన వెనుకా వచ్చే వాళ్ళకి ఉపయోగపడేలా ఆ టీమ్ లో పరిగెట్టే అందరికీ ఆ టీమ్ టార్గెట్ టైమ్ రాసి వున్న స్టిక్కర్లు షర్ట్ కి వెనుకాల తగిలించుకుంటారు.

మొదటి అయిదు మైళ్ళూ నెమ్మదిగా పరిగెట్టాలి, ఆవేశపడి ఈ మొదటి మైళ్ళు హుషారుగా పరిగెట్టేస్తే ఆఖరున అసలు కదలలేని పరిస్థితి రావచ్చు అని కోచ్ ముందే హెచ్చరించడం తో, మొదటి గంట సేపూ కావాలనే నెమ్మదిగా పరిగెట్టాను. చుట్టూ పలకరిస్తున్న పిల్లల్నీ పెద్దల్నీ పలకరిస్తూ, వారికి Hi-Fi లు ఇస్తూ నిదానం గా అయిదు మైళ్ళూ పూర్తి చేసాను. మొదటి water-break సమయం. Gatorade తో పాటు GU (Engery Gel) తీసుకొని పరుగు వేగం పెంచాను. తరువాతి అయిదు మైళ్ళూ ఏమీ ఇబ్బంది లేకుండా పరిగెట్టేసాను.

పదో మైలు దగ్గర రెండో Water break కోసం ఆగినప్పుడు కడుపు లో చిన్నగా కదలిక అనిపించింది. అదే మీటో తెలుసు.. నేను భయపడినట్టే అయింది. కడుపు లో ఉబ్బరం గా అనిపించటం.. ఒక రకమైన ఇబ్బంది మొదలయ్యాయి. "దేవుడా.. ఇప్పుడే నన్ను పరీక్షిస్తున్నావా!?" వేల మంది మధ్య వున్నా అనే ధ్యాస కూడా లేకుండా నిర్లజ్జ గా కన్నీళ్ళు తుడుచుకున్నాను. కేవలం కడుపు లో గుడగుడ అయితే తాగే gatorade కొంచెం తగ్గించి ఏదో మేనేజ్ చెయ్యగలను.. కానీ ఇప్పుడు తరువాతి లక్షణం.. cramps కూడా మొదలయితే అసలు పరిగెత్తలేను అని ముందున్న పదహారు మైళ్ళూ ఎలా పూర్తి చెయ్యాలా అని దిగులుగా ఆలోచిస్తూనే 12వ మైలు దగ్గరకి వచ్చాను. అక్కడ టర్నింగ్ దగ్గర బిల్డింగ్ కి పెద్ద పోస్టర్ వుంది..

"Next 14 miles is all down-hill"

అలసట మొదలవుతున్న ఇతర runners లాగే, నేను కూడా ఆ పోస్టర్ ని చూసి చాలా ఆశపడ్డాను.. ఆ క్షణం లో చికాగో race మొత్తం flat-track అనే విషయం మర్చిపోయాను. పోస్టర్ చదివిన ఉత్సాహం లో వేగం కూడా పెంచాను. 13వ మైలు దగ్గర ankle కొద్దిగా నొప్పి మొదలయింది. సాధారణం గా ఈ నొప్పి 20 మైళ్ళు దరిదాపుల్లో వస్తూ వుండేది.. కానీ ఇవాళ PMS లో వున్నాం కనుక అన్ని అవలక్షణాలు ఇప్పుడే బయటపడుతున్నాయి అంత బాధ లోనూ నవ్వు వచ్చింది..

నాకు టొరొంటో లో పరిచయం అయి, ప్రస్తుతం పరుగు లో కొంత భాగం ని sponsor చేసిన Vincent Conville రాసిన సందేశం "Have a good steady run. Pace yourself. Compete with yourself only. Do it incrementally, that is, concentrate on a mile at a time." గుర్తుకువచ్చింది.

"నిజమే, నా ప్రస్తుతం టార్గెట్ 26.2 మైళ్ళు కాదు.. తరువాతి మైలు మాత్రమే.." నాకు నేను చెప్పుకున్నాను. ఇంతలో సరిగ్గా సగం దూరం పూర్తి అయిందన్న బోర్డ్ ఎదురుగా కనిపించింది. సరే, ఇక్కడ నుండి నా తరువాతి మైలు ఎంత సమయం లో పూర్తి చెయ్యాలో చూసుకుంటాను అంతే, అనుకొని, 14వ మైలు ని 11 నిమిషాల లోపు పూర్తి చెయ్యాలని టార్గెట్ నిర్ణయించుకున్నాను. దాని కోసం వేగం పెంచాను. అప్పటికి చాలా మందికి ఒంట్లో అలసట మొదలయి పరుగు మాని

నడక మొదలెట్టారు. ఆ నడిచే వాళ్ళు రోడ్ కి కుడి వైపు నడవక మధ్య లో వెనకాల వచ్చే runners కి అడ్డం గా నడవటం కొంచెం చిరాకేసింది. వాళ్ళని తప్పించుకుంటూ, నేను పరిగెత్తాల్సిన టైము గుర్తు పెట్టుకుంటూ, కాలు మొరాయిస్తున్నా పినకుండా నేను అనుకున్న టైము లో ఆ మైలు పరుగు పూర్తి చేసాను. 15వ మైలు దగ్గరకి వచ్చే వరకు ఆ వేగం తగ్గించలేదు. 15 వ మైలు దగ్గర మూడవ water - break కోసం ఆగినప్పుడు GU తినటం కోసం నడుస్తుంటే గమనించాను కాలు నొప్పి.. పరిగెడుతున్నంత సేపూ అంత తెలియలేదు కానీ, కొంచెం ఆగేసరికి కాలు పట్టేసినట్టు అయింది. జేబు లో వున్న Tylonol వేసుకుందామా? అని ఆలోచించాను. కానీ, నేను పరుగు మొదలయ్యే ముందే రెండు Tylonol లు వేసుకున్నాను. మళ్ళీ అంటే over-dose అవుతుందేమో అని సందేహం. కొండ నాలిక్కి మందేస్తే వున్న నాలిక వూడినట్టు మొదటికే మోసం వస్తుందేమో అని ఆ ఆలోచన ని పక్కన పెట్టాను. అంతవరకు నేను కష్టపడి దాటుకొని వచ్చిన "pink middi" అమ్మాయి, "Today is my Birthday" అని shirt వెనకాల రాసుకున్న అబ్బాయి, పరిగెడుతూనే గోల గోల గా మాట్లాడేస్తున్న runner club group అందరూ నన్ను దాటుకొని వెళ్ళిపోతున్నా పరుగు మొదలెడటానికి కుడి కాలు (పాదం) సహకరించటం లేదు.

నెమ్మదిగా కుంటుతూనే పరుగు మొదలెట్టాను. కుడి పాదం మీద ఎక్కువ బరువు మోపకూడదు అనే ప్రయత్నం లో అసహజం గా పరిగెట్టడం మొదలెట్టడం తో వేగం మందగించింది, రెండో కాలు కూడా muscles పీకటం మొదలెట్టాయి. ఇప్పుడు చలి తెలియట్లేదు. అప్పుడు గుర్తు వచ్చింది.. వర్షం వస్తుందన్నారు.. ఏదీ ఎక్కడా వర్షం? అని ఆకాశం వైపు చూసాను. పైన అంతా మబ్బులు మబ్బులు గా కనపడింది. ఏ క్షణమైనా వర్షం మొదలవుతుంది అన్నట్టు వుంది. వర్షం మొదలయ్యే లోపు వీలయినన్ని మైళ్ళు పూర్తి చేసేయాలి.. లేకపోతే వున్న అవలక్షణాలకి అది కూడా తోడయితే ఇవ్వళ ఈ పరుగు పూర్తి అయినట్టే అని, ఎక్కడ లేని బలం కూడగట్టుకొని మళ్ళీ వేగం పెంచాను.

18వ మైలు దగ్గర boys town లోకి అడుగుపెట్టాము. అక్కడ అబ్బాయిలు అంతా girl cheer leaders లా Dress అవుతారని ముందు రోజు EXPO సెంటర్ లో చదివిన విషయం గుర్తుకు వచ్చింది. వాళ్ళని గమనిస్తూ, వాళ్ళ డాన్స్ బీట్స్ కి కొంచెం ఉత్సాహం వచ్చింది. ఇరవై మైళ్ళ వరకూ అలా ఏవో ఆలోచనలతో పరుగు పూర్తయింది.

ఇరవయ్యో మైలు దగ్గర నాలుగవ water - break టైము. అక్కడ కొంత మంది అరటి పళ్ళు ఇస్తున్నారు. నేను తీసుకోలేదు కానీ, తీసుకున్న వాళ్ళు ఆ అరటిపండ్లు తినేసి తొక్కలని రోడ్ మీద పడేయటం వలన రోడ్ అంతా slippery గా అయిపోయింది. అసలే ఒళ్ళు తూగుతోంది.. ఆ సమయం లో అరటి పండు తొక్క మీద కాలు వేసి జారి పడ్డానంటే లేవటం ఇవాళ కాదు కదా ఎప్పటికి వుండదు అని నెమ్మదిగా వాటిని చూసుకుంటూ పరుగు కొనసాగించాను.

20 వ మైలు దగ్గర నుండీ రోడ్ మీద వున్న జనాలు రకరకాల తినుబండరాలు ఇవ్వటం కనిపించింది. కొంత మంది beer బాటిల్స్ ఆశ చూపిస్తే, కొంత మంది Odka తో ఊరించారు, కొంత మంది Lolly pop మీకు help చేస్తుంది అంటే, కొంత మంది Oranges శ్రేష్టం అంటూ అందించారు. రోడ్ పక్కన మాకు వినోదం అందించటం కోసం girl scouts చేస్తున్న విన్యాసాలు గమనిస్తూ 21వ మైలు పరుగు మొదలెట్టాను. మధ్య లో చైనా టవున్ లో డ్రాగన్ లూ Elvis సంగీతం పాడే బాండ్, వీటిని దాటుకుంటూ US Marines విన్యాసాలు చూస్తూ 23 వ మైలు చేరుకున్నాను.

ఇక్కడ నుండీ Victory Run నాకు నేను చెప్పుకున్నాను. అవును మరి, మా training టైము లో మేము పరిగెత్తిన maximum దూరం 22.6 మైళ్ళు అంతే! దానిని మించి ఒక్క సెంటీ మీటర్ పరిగెట్టినా అది గొప్పే కదా.. అంతవరకు ఏమీ బాధ వెయ్యలేదు కానీ, 23 మైళ్ళు దాటాక ప్రతీ మైలు కీ వుండే బోర్డ్ కోసం వెతికే ఆరాటం లో కిలో మీటర్ల బోర్డ్ లు కనపడితే చెప్పలేనంత కోపం వచ్చేది. దూరం నుండి బోర్డ్ చూసి, "hey ఇంకొక మైలు పూర్తి అయిపోయింది" అని ఉత్సాహం గా దగ్గరకి వెళ్తే, అది కాస్తా కిలో మీటర్ బోర్డ్.. చా.. మైలు పూర్తి అవలేదా" అని మళ్ళీ పరుగు.. అఖరి అయిదు మైళ్ళ దూరం లో పెద్ద బోర్డ్ వుంది.. "Almost వచ్చేసారు.. ఇంకొక్క అయిదు మైళ్ళు అంతే" అంటూ.. అక్కడ నుండీ జనాలు కూడా ఉత్సాహం గా పరిగెట్టడం మొదలెట్టాము.

నాతో పరుగు పెడుతున్న ఒక తండ్రీ కొడుకులు ఒకళ్ళని ఒకళ్ళు ఉత్సాహపర్చుకుంటున్నారు దగ్గరకి వచ్చేసాం అనుకుంటూ.. 23వ మైలు దగ్గర అనుకుంటా తండ్రి కొడుకు తో అన్నారు.. "ఇంకొక్క నాలుగు మైళ్ళు అంతే.." అని.. అది విని నేను "ఇంకా నాలుగు మైళ్ళు అంటారే మిటీ.. మూడున్నరే కదా!?" అని తర్జనబర్జనలు పడుండగా ఒకతను చిరాగ్గా అడిగేసారు.. "Hey John.. its another 3.2 miles" అని.. దానికి తండ్రి ఇచ్చిన జవాబు.. "There is a small naughty bridge around finish line" వింటున్న నాకు.. "అమ్మో .. బ్రిడ్జా!!" అని గుండె గుభేల్ పుట్టింది.

25వ మైలు బోర్డ్ ఆఖరికి కనపడింది. "ఇది నిజం గానే Victory Mile" అని 26వ మైలు marker కోసం చూస్తూ పరిగెడుతుంటే దూరం గా ఒక బోర్డ్ కనపడింది. అదేమిటి అప్పుడే మైలు దూరం పరిగెట్టేసానా?! అని ఆశ్చర్యం వేసింది. అప్పటికే చుట్టూ వున్న వాళ్ళు అఖరి మైలు అయినా కొంచెం ఉత్సాహం గా పరిగెట్టి తమ Time ని కొంచెమన్నా improve చేసుకుందామని ఒకోళ్ళూ PT Usha ని అందుకోవటానికి Asian Games లో Aswani Nachappa పరిగెట్టినట్టు పరుగులు మొదలెట్టారు. నేను కూడా కొంచెం వేగం పెంచుదాం అని ప్రయత్నించి, కాలు మొరాయించటం తో అత్యాసకి పోవటం ఎందుకులే, చివరి finish లైన్ ముందు కూలబడిపోకుండా పరిగెడితే అదే పదివేలు అనుకుంటూ వెళ్తున్న వేగం లోనే పరుగెట్టాను.

ఈ లోగా ఆ బోర్డ్ దగ్గరకి వచ్చాను. చూస్తే, "Last Final Mile" అని రాసి వుంది దాని మీద. అంటే, 25.2 మైళ్ళు పరిగెట్టాను అనమాట. 26వ మైలు బోర్డ్ కోసం చూస్తూ మళ్ళీ కాళ్ళు కదిలించాను.

ఎంతకీ కనపడదే ఆ 26వ మైలు బోర్డ్!!

దాని కోసం చూస్తుండగానే దూరం గా ఒక బోర్డ్ కనపడింది.. చుట్టూ లైట్ల తో "800 meters" అని వుంది. నన్ను దాటుకుని అందరూ బాణాల్లా దూసుకుపోతున్నారు చివరి 800 meters అని ఉత్సాహం తో. ఇంతలో ఆ పెద్దాయన చెప్పిన బ్రిడ్జ్ వచ్చింది. అక్కడ రోడ్ కి ఇరుపక్కలా వున్న వాళ్ళు ఇంక అయిపోయింది.. లాస్ట్ 600 meters" అంటూ నా షర్ట్ పైన వున్న "ASHA" పేరు చూసి, అదే నా పేరు అనుకుని, "Run ASHA Run" అని ప్రోత్సహిస్తుంటే అది నన్నే అని తెలిసి, పరుగెడుతున్నాను.

ఇంతలో నా పక్కన పరిగెడుతున్న అమ్మాయి ధబ్బున నేల మీదకి కూలబడిపోయారు. ఆగి ఆమెకి ఏమన్నా సాయం చేయటానికి కూడా భయం.. ఆగితే, ఇంక మళ్ళీ కదలేనేమో అని.. అందుచేత ఆమెని

"Are you OK?" అని అడుగుతూనే, ఆమె జవాబు కూడా వినకుండా మా పరుగు కొనసాగించాము. అప్పుడు దూరంగా కనిపించింది Finish Line. దానితో పాటే అక్కడ Time కూడా. అప్పుడు గమనించాను నేను అనుకున్న 5 గంటలలో పరుగు పూర్తి చేయటం అవదని.. అప్పటికే 5 గంటల 7 నిమిషాల 28 సెకండ్లు. నేను అక్కడకి వెళ్ళేసరికి 5 గంటల 8 నిమిషాలు అవుతుంది .. నేను అనుకున్న Target టైము ని దాటి 8 నిమిషాలు అయిపోయింది.. బాధ వేసింది. కానీ, అత్యాస కూడదు.. ఇంతవరకు కదులుతూ వున్నాను.. అదే పదివేలు..

Finish line ని దాటినప్పుడు నన్ను ప్రోత్సహించిన ప్రతీ ఒక్కరూ, "ఏదీ ఒక 2 కిలోమీటర్లు పరిగెట్టి చూపించు.. 26 మైళ్ళు నువ్వు పరిగెట్టగలవ్ అని ఒప్పుకుంటాను" అని చాలెంజ్ చేసి నాలో పౌరుషం రేకెత్తించిన వాళ్ళూ, "నీ ప్రయత్నం నువ్వు చేయ్.. ఏదో సాధించాలన్న తపన లో నీ వయసు నీ, నీ శరిరం పరిమితులనీ మర్చిపోయి ఆరోగ్యం మీదకి తెచ్చుకోకు" అని నా గురించి ఆందోళన పడిన వాళ్ళూ, "నీకున్న పట్టుదల కి నువ్వు తప్పకుండా నీ రన్ పూర్తి చేస్తావ్, పూర్తి చేసి నాకు వెంటనే ఫోన్ చెయ్యి" అని చెప్పిన మా అమ్మా నాన్నగార్లూ అందరూ గుర్తొచ్చారు. ప్రతి వొక్కళ్ళకి చేతులెత్తి నమస్కరించాలనిపించింది. ఇంక ముందుకి కదలలేనేమో అనిపించిన క్షణాల్లో ఆ భగవంతుడే వెనకుండి మలయమారుతమై నా వెనుక వీచినట్టు అనిపించింది.

ఎదురుగా ఒక అమ్మాయి వచ్చి Chicago Marathon Finisher Medal తెచ్చి మెడలో వేసారు. దానిని చూసిన క్షణం అనిపించింది.. "నిజమే నాలోనూ పట్టుదల వుంది.. ఆ పట్టుదలే ఇవాళ నన్ను గెలిపించింది" అని.. లేకపోతే ఎక్కడ "బస్ పట్టుకోవటం కోసం నాలుగు అడుగులు వేగంగా పరిగెడితే ఆయాసపడే May 2006 లో సూర్య".. ఎక్కడ "October 22 2006 Chicago Marathon Finisher సూర్య?"

ఇంక నా Fundraising గురించి.. నేను పరిగెట్టిన ప్రతీ మైలు కీ ఒక $100 డలర్లు సేకరించాలనే ఆశయం. ఇప్పటికి $2300 డాలర్లు సేకరించాను. మీరు ఆ మిగిలిన లోటు ని పూర్తి చేయగలరనుకుంటే, నా Pledge site http://www.teamaidasha.org/Runner2006.aspx?Num=20060026 ని దర్శించండి. మీరు చేసే ఎంత చిన్న సహాయం అయినా వృధా పోదు.

మీ సలహాలు, సూచనలు, అభిప్రాయాలు రచయిత్రి SKU కి తెలియపరచండి.
మీ అభిప్రాయాలు రచ్చబండ లో తెలియచేయండి