

MAX PARADOX

SERIA BRUTALNA PRAWDA

BRUTALNA PRAWDA O DOPINGU W SPORCIE

Mechanizmy, które działają nawet wtedy,
gdy **wszystko** wygląda idealnie



SPIS TREŚCI

INTRO.....	3
Rozdział 1 - Cena ciszy	9
Rozdział 2 - Komfort zwycięstwa	16
Rozdział 3 - Matematyka granicy	28
Rozdział 4 - Obcy we własnym ciele	35
Rozdział 5 - Pakt bez słów.....	41
Rozdział 6 - Normalność systemu	47
Rozdział 7 - Koszt, który nie krzyczy.....	52
Rozdział 8 - Gra w niewidzialność	57
Rozdział 9 - Granica, która się cofa.....	62
Rozdział 10 - Fałszywa zasługa	67
Rozdział 11 - Strach, który nie znika.....	72
Rozdział 12 - Punkt bez powrotu	77
Rozdział 13 - Ciało jako projekt.....	82
Rozdział 14 - Normalizacja nienormalnego.....	87
Rozdział 15 - Cisza między zdaniem.....	91
Rozdział 16 - Zmęczenie, które nie należy do mięśni	95
Rozdział 17 - System, który zaczyna myśleć za niego	100
Rozdział 18 - Moment, w którym przestaje boleć	104
Rozdział 19 - Wewnętrzny audyt	108
Rozdział 20 - Kiedy wynik przestaje wystarczać	112
Rozdział 21 - Utrzymanie zamiast rozwoju	116
Rozdział 22 - Rozmycie odpowiedzialności	120

Rozdział 23 - Poczucie kontroli, które jest iluzją	124
Rozdział 24 - Granica, której nie widać	128
Rozdział 25 - Pęknięcie bez dźwięku	132
Rozdział 26 - Moment, który nie pasuje	136
Rozdział 27 - Utrata punktu odniesienia	140
Rozdział 28 - Ciało, które przestaje być sygnałem	144
Rozdział 29 - Cisza, która zaczyna mówić	148
Rozdział 30 - Zgoda, która nie jest decyzją.....	151
Rozdział 31 - Granica, która przestaje chronić	155
Rozdział 32 - Zmęczenie, które nie ma końca.....	159
Rozdział 33 - Moment, w którym wszystko działa	163
Rozdział 34 - Brak, który nie boli.....	167
Rozdział 35 - Punkt, który nie jest końcem	170

INTRO

Stoi w łazience hotelowej, tej z katalogu, gdzie wszystko wygląda jak sterylna obietnica kontroli, i patrzy na siebie nie po to, żeby coś sprawdzić, tylko żeby coś uzgodnić. Nie z trenerem, nie z federacją, nawet nie z lekarzem, tylko z własnym strachem, który siedzi gdzieś pod mostkiem i nie chce się już negocjować, bo zna wynik. Ampułka leży na umywalce jak drobiazg, jak coś, co równie dobrze mogłoby być kroplami do nosa albo witaminą, i właśnie w tym tkwi jej siła, bo nie wygląda jak decyzja, tylko jak korekta. On jeszcze nie zrobił ruchu, ale jego ciało już wie, że zaraz zrobi, bo napięcie nie jest pytaniem, tylko odpowiedzią, która przyszła wcześniej niż myśl.

W pokoju obok ktoś się śmieje, ktoś ogląda telewizję, ktoś sprawdza telefon, jakby jutro miało być zwykłym dniem, a nie momentem, który rozdzieli życie na przed i po, i to jest najbardziej absurdalne, że nic w otoczeniu nie potwierdza skali tego, co się dzieje. Bo doping nigdy nie zaczyna się na stadionie, na podium ani w laboratorium, tylko w ciszy, w małej, prywatnej przestrzeni, gdzie nikt nie patrzy i gdzie można udawać, że to jeszcze nie jest decyzja, tylko opcja. I właśnie tam powstaje pierwszy mechanizm, który będzie napędzał wszystko, mechanizm minimalizacji, który mówi, że to tylko raz, tylko trochę, tylko na teraz, tylko żeby wyrównać szanse, które i tak są już nierówne.

Problem polega na tym, że ten „tylko” nie jest ograniczeniem, tylko furtką, która nie ma zawiasów, bo otwiera się w jedną stronę i nigdy się nie zamyka, nawet jeśli ktoś przestaje brać, nawet jeśli zostaje złapany, nawet jeśli kończy karierę. Bo decyzja nie dotyczy substancji, tylko obrazu siebie, który nagle przestaje być stabilny i zaczyna zależeć od wyniku, a

wynik przestaje być efektem pracy i staje się testem wartości. I kiedy to się wydarzy, ciało przestaje być partnerem, a zaczyna być narzędziem, które można poprawić, przyspieszyć, oszukać, a później ukryć.

Na zewnątrz wszystko wygląda jak sport, jak rywalizacja, jak zdrowie, jak dyscyplina, jak historia o przekraczaniu granic, która zawsze dobrze się sprzedaje, bo ludzie lubią wierzyć, że granice istnieją po to, żeby je łamać. Tylko że nikt nie mówi, że granica między wysiłkiem a oszustwem nie jest linią, tylko mgłą, w której łatwo się zgubić, bo każdy kolejny krok wydaje się logiczny, jeśli poprzedni został już zaakceptowany. I właśnie dlatego doping nie jest anomalią w sporcie, tylko jego cieniem, który pojawia się zawsze wtedy, gdy światło reflektorów robi się zbyt mocne.

Ten cień nie jest przypadkowy, tylko systemowy, bo cały układ nagród i kar w sporcie jest ustawiony tak, żeby wynik był wszystkim, a proces był tylko drogą, którą można skrócić, jeśli ktoś ma do tego dostęp, odwagę albo desperację. Sponsor nie płaci za wysiłek, tylko za wynik, federacja nie nagradza prób, tylko medale, a kibic nie pamięta czwartego miejsca, nawet jeśli było uczciwe. I w tej logice doping przestaje być wyjątkiem, a zaczyna być narzędziem optymalizacji, które jedni nazywają oszustwem, a inni inwestycją.

W tym miejscu pojawia się drugi mechanizm, który działa ciszej, ale skuteczniej, mechanizm racjonalizacji, który nie neguje faktów, tylko zmienia ich znaczenie, tak żeby pasowały do decyzji, która już została podjęta emocjonalnie. Bo nikt nie mówi sobie „oszukuję”, tylko „wyrównuję szanse”, nikt nie myśli „łamie zasady”, tylko „wszyscy to robią, tylko nie wszyscy wpadają”. I to jest moment, w którym język przestaje

opisywać rzeczywistość, a zaczyna ją produkować, bo słowa nie służą już do komunikacji, tylko do ochrony obrazu siebie.

Ten obraz jest kluczowy, bo bez niego cała konstrukcja się rozpada, a człowiek zostaje sam z faktem, że to, co osiągnął, nie jest do końca jego, tylko jest efektem czegoś, co musi być ukryte, żeby mogło istnieć. I dlatego doping nie kończy się na substancji, tylko rozlewa się na całe życie, na relacje, na sposób mówienia, na sposób patrzenia na innych, którzy stają się albo zagrożeniem, albo alibi. Bo jeśli ktoś inny też bierze, to znaczy, że to nie jest oszustwo, tylko standard, a jeśli nie bierze, to znaczy, że jest naiwny albo słaby.

Najbardziej niepokojące jest to, że ten mechanizm działa niezależnie od poziomu, bo nie zaczyna się na igrzyskach, tylko dużo wcześniej, tam gdzie wynik zaczyna być pierwszą walutą, którą można wymienić na uwagę, uznanie, pieniądze albo po prostu spokój. Młody zawodnik nie myśli o dopingu jak o skandalu, tylko jak o skrócie, który widzi u starszych, którzy są nagradzani za to, że są szybsi, silniejsi, lepsi, i nikt nie pyta jak, dopóki wszystko wygląda dobrze. I w ten sposób system produkuje kolejne decyzje, które z zewnątrz wyglądają jak indywidualne, a w rzeczywistości są odpowiedzią na bardzo konkretny układ bodźców.

Nie ma jednego momentu, w którym wszystko się zaczyna, bo to nie jest historia o upadku, tylko o przesunięciu granicy, które odbywa się powoli, prawie niezauważalnie, aż nagle okazuje się, że to, co kiedyś było nie do pomyślenia, stało się oczywiste. I wtedy już nie ma powrotu do punktu wyjścia, bo nawet jeśli ktoś przestaje, to nie może już odzobaczyć tego, co zobaczył, ani odczuć tego, co poczuł, kiedy wynik przestał być przypadkiem, a stał się czymś, co można kontrolować.

Kontrola jest kolejną iluzją, która napędza ten mechanizm, bo daje poczucie, że wszystko jest pod ręką, że można zarządzać ciałem jak projektem, że można optymalizować parametry, tak jak optymalizuje się kampanię reklamową albo budżet. I przez chwilę to działa, bo wyniki rosną, ciało odpowiada, a świat nagradza, więc wszystko wydaje się potwierdzać, że to była dobra decyzja. Tylko że ta kontrola jest warunkowa, bo zależy od czegoś, co musi być ukryte, a wszystko, co jest ukryte, prędzej czy później zaczyna wymykać się spod kontroli.

W tym miejscu pojawia się koszt, który nie jest jednorazowy, tylko rozłożony w czasie, jak kredyt, który spłaca się nie pieniędzmi, tylko napięciem, które nie schodzi nawet wtedy, gdy wszystko idzie dobrze. Bo sukces nie przynosi ulgi, tylko podnosi poprzeczkę, którą trzeba utrzymać, a każdy kolejny start staje się nie tylko sprawdzianem formy, ale też testem, czy system nadal działa. I wtedy ciało przestaje być źródłem siły, a zaczyna być źródłem ryzyka, które trzeba monitorować, kontrolować i korygować.

Relacje zaczynają się zmieniać, bo trudno być blisko z kimś, kto nie może wiedzieć wszystkiego, a jeszcze trudniej z kimś, kto wie za dużo i może to wykorzystać. Zaufanie staje się walutą, którą trzeba oszczędzać, bo każda informacja może być użyta przeciwko, a każdy błąd może kosztować wszystko. I w ten sposób świat zaczyna się kurczyć do wąskiego kręgu ludzi, którzy są częścią systemu, a reszta staje się tłem, które trzeba kontrolować, żeby nie zakłócało narracji.

Najbardziej dotkliwy jest jednak koszt tożsamościowy, który nie ma jednego momentu kulminacyjnego, tylko narasta, aż zaczyna być nie do zniesienia, bo pojawia się pytanie, którego nie da się już zagłuszyć, nawet jeśli wszystko działa. Czy to

jeszcze jestem ja, czy już tylko efekt? I to pytanie nie ma dobrej odpowiedzi, bo każda jest niewygodna, a brak odpowiedzi jest jeszcze gorszy, bo zostawia pustkę, którą trzeba czymś wypełnić, najczęściej kolejnym wynikiem.

W tym sensie doping nie jest tylko historią o sporcie, tylko o człowieku, który próbuje utrzymać obraz siebie w świecie, który nagradza tylko jedno, a ignoruje wszystko inne. I to nie jest historia o złych decyzjach, tylko o mechanizmach, które sprawiają, że te decyzje wydają się jedynymi możliwymi w danym momencie, nawet jeśli z zewnątrz wyglądają jak oczywiste błędy. Bo kiedy system mówi, że jesteś tyle wart, ile wynosi twój wynik, wszystko, co ten wynik poprawia, zaczyna wyglądać jak narzędzie, a nie jak problem.

Ta książka nie będzie opowieścią o skandalach, nazwiskach ani substancjach, bo to są tylko objawy, które łatwo potępić i jeszcze łatwiej zapomnieć, kiedy pojawi się kolejny rekord. Będzie raczej próbą wejścia w ten moment, który jest niewidoczny dla kamer, a który decyduje o wszystkim, moment, w którym człowiek przestaje się zastanawiać czy, a zaczyna zastanawiać się jak. I to „jak” jest dużo bardziej interesujące, bo pokazuje, że decyzje nie biorą się znikąd, tylko są wynikiem bardzo konkretnych napięć, które można zrozumieć, jeśli przestanie się udawać, że ich nie ma.

Nie będzie tu też rozwiązań, bo nie ma prostych wyjść z mechanizmów, które są wbudowane w system, który działa tak, jak działa, i który nagradza to, co nagradza. Nie będzie moralizowania, bo moralność nie zatrzymuje procesów, które są opłacalne, a doping jest opłacalny, dopóki działa i dopóki ryzyko jest niższe niż potencjalna nagroda. Będzie za to próba zobaczenia tego, co zwykle jest ukryte pod warstwą narracji

o sporcie jako czystej rywalizacji, która istnieje bardziej jako idea niż jako rzeczywistość.

Bo rzeczywistość jest bardziej skomplikowana i mniej komfortowa, a jednocześnie bardziej logiczna, niż chcielibyśmy przyznać, bo pokazuje, że doping nie jest błędem systemu, tylko jego produktem ubocznym, który pojawia się zawsze tam, gdzie presja jest większa niż zdolność do jej zniesienia bez wsparcia. I kiedy to się zobaczy, trudno już wrócić do prostych historii o dobrych i złych, bo granice zaczynają się rozmywać, a oceny przestają być oczywiste.

Wróćmy na chwilę do tej łazienki, do tej amputki, która nadal leży na umywalce, jakby czekała, aż ktoś nada jej znaczenie, które nie będzie bolało. On nadal stoi, nadal patrzy, nadal udaje, że ma czas, chociaż wie, że go nie ma, bo decyzja została już podjęta gdzie indziej, wcześniej, w rozmowach, w oczekiwaniach, w spojrzeniach ludzi, którzy liczą na wynik. I kiedy w końcu sięga, to nie jest akt odwagi ani słabości, tylko konsekwencja mechanizmu, który zadziałał dokładnie tak, jak miał zadziałać.

To jest początek. Albo raczej środek, który wygląda jak początek, bo wszystko, co było wcześniej, zostało nazwane inaczej, a wszystko, co będzie później, będzie próbą utrzymania tego, co właśnie się wydarzyło. I w tym sensie doping nie jest jednorazowym wyborem, tylko procesem, który zaczyna się długo przed pierwszym zastrzykiem i kończy długo po ostatnim starcie, jeśli w ogóle się kończy.

Rozdział 1 - Cena ciszy

Na sali konferencyjnej pachnie kawą i tanim stresem, który ktoś próbuje przykryć żartem o formie i pogodzie, ale nikt nie śmieje się do końca, bo wszyscy wiedzą, że to nie jest spotkanie o pogodzie. Trener siedzi na końcu stołu, opiera się lekko do tyłu, jakby chciał wyglądać na spokojnego, ale jego dłonie zdradzają napięcie, bo nie potrafią znaleźć miejsca, w którym mogłyby przestać się poruszać. Zawodnik patrzy w blat, nie dlatego, że nie ma nic do powiedzenia, tylko dlatego, że wszystko, co mógłby powiedzieć, jest już nieaktualne w momencie, w którym wypowie pierwsze słowo. I właśnie w tej ciszy zaczyna działać mechanizm, który nie wymaga argumentów, tylko obecności, mechanizm milczącego przyzwolenia, który sprawia, że brak sprzeciwu zaczyna znaczyć więcej niż jakiegokolwiek deklaracje.

Rozmowa nie zaczyna się od doping, tylko od wyników, od liczb, które wyglądają niewinnie, dopóki ktoś nie zacznie ich porównywać z innymi liczbami, które rosną szybciej, wyżej i bardziej spektakularnie. Trener mówi o progresie, o potencjale, o tym, że wszystko idzie w dobrą stronę, ale jego ton zdradza, że to „dobra strona” ma bardzo konkretny kierunek, który nie jest już kwestią wyboru. Zawodnik kiwa głową, bo to jest najbezpieczniejsza reakcja, która nie zobowiązuje, a jednocześnie nie stawia oporu, i właśnie to kiwanie głową jest pierwszym krokiem w stronę decyzji, która jeszcze nie została nazwana. Mechanizm działa tak, że każde potwierdzenie bez słów staje się zgodą, a każda zgoda buduje przestrzeń, w której następny krok wydaje się naturalny.

Nie padają konkretne słowa, bo konkret zmusza do odpowiedzialności, a odpowiedzialność jest tym, czego wszyscy chcą uniknąć, jednocześnie pchając sytuację w

bardzo konkretnym kierunku. Zamiast tego pojawiają się sugestie, niedopowiedzenia, zdania zaczynające się od „są różne metody” albo „na tym poziomie wszyscy robią wszystko, żeby się utrzymać”, które nie mówią nic wprost, ale mówią wszystko, co trzeba usłyszeć. Zawodnik słyszy nie to, co jest powiedziane, tylko to, co jest implikowane, i to wystarcza, żeby w jego głowie zaczęła się układać narracja, która pozwoli mu później powiedzieć, że nikt go do niczego nie zmusił. I to jest kluczowy element, bo mechanizm nie polega na przymusie, tylko na stworzeniu takiej sytuacji, w której wybór wygląda jak jedyna racjonalna opcja.

W tej chwili pojawia się ironia, która nie jest śmieszna, tylko precyzyjna, bo wszyscy uczestnicy tej rozmowy będą później mogli powiedzieć, że nie padła żadna propozycja, że wszystko było czyste, że nikt nie przekroczył granicy. A jednocześnie każdy z nich dokładnie wie, co się wydarzyło, bo komunikacja nie potrzebuje słów, kiedy kontekst jest wystarczająco gęsty. I właśnie ta ironia jest paliwem dla mechanizmu, który działa najlepiej wtedy, gdy nikt nie chce go nazwać, bo nazwanie oznaczałoby konieczność zajęcia stanowiska, a stanowisko oznacza ryzyko.

Zawodnik wychodzi z sali z poczuciem, że nic się nie wydarzyło, a jednocześnie z ciężarem, który nie był tam, kiedy wchodził, i to jest pierwszy sygnał, że mechanizm już działa. On nie ma jeszcze decyzji, ale ma już kierunek, który zaczyna wpływać na to, jak interpretuje wszystko, co dzieje się później, bo każda informacja zaczyna być filtrowana przez pytanie, które nie zostało zadane na głos. Czy jestem gotowy zrobić to, co trzeba, żeby zostać? I to pytanie nie jest o sport, tylko o tożsamość, która zaczyna się wiązać z wynikiem w sposób, który nie zostawia miejsca na neutralność.