

ΣΠΥΡΟΣ ΧΡΥΣΙΚΟΠΟΥΛΟΣ
ΚΟΛΥΜΒΗΤΗΣ ΥΠΕΡΑΠΟΣΤΑΣΕΩΝ ΜΕ ΠΑΓΚΟΣΜΙΟ ΡΕΚΟΡ ΓΚΙΝΕΣ

Κολυμπώντας πέρα από τα όρια

ΕΙΚΟΝΟΓΡΑΦΗΣΗ:
ΓΙΩΡΓΟΣ ΣΓΟΥΡΟΣ



Με
γραμματοσειρά
φιλική στα άτομα
με ΕΙΔΙΚΕΣ
ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΕΣ
ΑΝΑΓΚΕΣ



ΤΙΤΛΟΣ ΒΙΒΛΙΟΥ: **Κολυμπώντας πέρα από τα όρια**
ΣΥΓΓΡΑΦΕΑΣ: Σπύρος Χρυσικόπουλος
ΕΞΟΦΥΛΛΟ – ΕΙΚΟΝΟΓΡΑΦΗΣΗ: Γιώργος Σγουρός
ΕΠΙΜΕΛΕΙΑ – ΔΙΟΡΘΩΣΗ ΚΕΙΜΕΝΟΥ: Άννα Μαράντη
ΜΑΚΕΤΑ ΕΞΟΦΥΛΛΟΥ: Τζίνα Γεωργίου
ΗΛΕΚΤΡΟΝΙΚΗ ΣΕΛΙΔΟΠΟΙΗΣΗ: Γεωργία-Στέλλα Γυφτοπούλου

© Σπύρος Χρυσικόπουλος, 2023
© ΕΚΔΟΣΕΙΣ ΨΥΧΟΓΙΟΣ Α.Ε., Αθήνα 2023

Πρώτη έκδοση: Ιούνιος 2023

Έντυπη έκδοση ISBN 978-618-01-4993-7
Ηλεκτρονική έκδοση ISBN 978-618-01-4994-4

Τυπώθηκε στην Ευρωπαϊκή Ένωση σε 100% οικολογικό χαρτί.

Το παρόν έργο πνευματικής ιδιοκτησίας προστατεύεται κατά τις διατάξεις του Ελληνικού Νόμου (Ν. 2121/1993 όπως έχει τροποποιηθεί και ισχύει σήμερα) και τις διεθνείς συμβάσεις περί πνευματικής ιδιοκτησίας. Απαγορεύεται απολύτως η άνευ γραπτής αδείας του εκδότη κατά οποιονδήποτε τρόπο ή μέσο αντιγραφή, φωτοανατύπωση και εν γένει αναπαραγωγή, διανομή, εκμίσθωση ή δανεισμός, μετάφραση, διασκευή, αναμετάδοση, παρουσίαση στο κοινό σε οποιαδήποτε μορφή (ηλεκτρονική, μηχανική ή άλλη) και η εν γένει εκμετάλλευση του συνόλου ή μέρους του έργου.

ΕΚΔΟΣΕΙΣ ΨΥΧΟΓΙΟΣ Α.Ε.	PSICHOGIOS PUBLICATIONS S.A.
<i>Από το 1979</i>	<i>Publishers since 1979</i>
Έδρα:	Head Office:
Τατοΐου 121, 144 52 Μεταμόρφωση	121, Tatoiou Str., 144 52 Metamorfossi, Greece
Βιβλιοπωλείο:	Bookstore:
Εμμ. Μπενάκη 13-15, 106 78 Αθήνα	13-15, Emm. Benaki Str., 106 78 Athens, Greece
Τηλ.: 2102804800	Tel.: 2102804800

e-mail: info@psychogios.gr
psychogios.gr

ΣΠΥΡΟΣ ΧΡΥΣΙΚΟΠΟΥΛΟΣ

ΚΟΛΥΜΒΗΤΗΣ ΥΠΕΡΑΠΟΣΤΑΣΕΩΝ ΜΕ ΠΑΓΚΟΣΜΙΟ ΡΕΚΟΡ ΓΚΙΝΕΣ

Κολυμπώντας πέρα από τα όρια



Εικονογράφηση: Γιώργος Σγουρός





*Αφιερωμένο στον κύριο Γιάννη Κούρο,
τον μεγαλύτερο δρομέα υπεραποστάσεων
όλων των εποχών,
που μέσα από τα ασύλληπτα ρεκόρ του
απέδειξε ότι η δύναμη του μυαλού
είναι αυτή που θα σε πάει παραπέρα
όταν το σώμα σου σε έχει εγκαταλείψει.
Επίσης, σε όσους στήριξαν με τον δικό τους τρόπο
τα εγχειρήματά μου όλα αυτά τα χρόνια
και με βοήθησαν να τα πραγματοποιήσω.*

Σ. Χ.

*Για τη Μαρίκα που με βοηθάει πάντα
να μην το βάζω κάτω και να παραμένω
προσηλωμένος στον στόχο...*

Γ. Σ.





Η Ζένια και η Μαρία μόλις είχαν επιστρέψει από το σχολείο. Με το που μπήκαν στο δωμάτιό τους, το δώρο με το χρωματιστό περιτύλιγμα πάνω στο γραφείο τράβηξε αμέσως την προσοχή τους. Χωρίς δεύτερη σκέψη, έσκισαν το χαρτί, ανυπομονώντας να δουν τι περιείχε το μυστηριώδες δέμα.

Ένα βιβλίο με την εικόνα ενός κολυμβητή, στο εξώφυλλο, που κολυμπούσε μέσα στο απέραντο γαλάζιο, ξεπρόβαλε μέσα από τις κορδέλες και το χρωματιστό χαρτί.

Η Ζένια άρχισε να ξεφυλλίζει γρήγορα τις σελίδες του.

«Σιγά σιγά!» είπε η Μαρία στη μεγάλη της αδελφή. «Θέλω να διαβάσω την ιστορία του Σπύρου από την αρχή».

«Εντάξει», της απάντησε η Ζένια, και άρχισαν να διαβάζουν.

Ήμουν αρκετά μικρός όταν ανακάλυψα την πραγματική μου κλίση.

Τα καλοκαίρια με τους γονείς μου και τον αδελφό μου περνούσαμε όλη την ημέρα στη θάλασσα.



Ώρες ολόκληρες βρισκόμουν μέσα στο νερό.
Βουτούσα και δεν έβγαινα με τίποτα. Μου άρεσε
να ανακαλύπτω θαλάσσιους θησαυρούς, κοχύλια,
αστερίες και καβουράκια. Ένιωθα ότι ήμουν στο
φυσικό μου περιβάλλον.





Στο σχολείο, πολλοί συμμαθητές μου παραξενεύονταν που δεν έπαιζα μαζί τους ποδόσφαιρο στα διαλείμματα. Είχα δοκιμάσει κάποιες φορές να παίξω μπάλα αλλά δε μου άρεσε.

Από μικρός, λοιπόν, αντιλήφθηκα ότι στους ανθρώπους μπορεί να αρέσουν διαφορετικά πράγματα. Κι επίσης, δε χρειάζεται να πιέσεις τον εαυτό σου να κάνεις κάτι που δεν επιθυμείς μόνο και μόνο για να γίνεις αποδεκτός από τους άλλους.

Αγαπούσα τον αθλητισμό και η καλύτερη ώρα για μένα στο σχολείο ήταν όταν είχαμε γυμναστική. Εκεί προπονούμασταν σε διάφορα αθλήματα, μαθαίνοντας συγχρόνως λεπτομέρειες για το καθένα, κάναμε ασκήσεις που γυμνάζουν όλο το σώμα και συζητούσαμε για τον αθλητισμό στην αρχαία Ελλάδα.





Ο αθλητισμός έγινε πάρα πολύ γρήγορα βασικό κομμάτι της ζωής μου. Από τότε που ξεκίνησα κολύμβηση περνούσα πάρα πολλές ώρες στο κολυμβητήριο· μέσα στο νερό ένιωθα υπέροχα! Φυσικά και κουραζόμουν, όμως μου άρεσε πολύ. Καθώς ο χρόνος περνούσε, μάθαινα να κολυμπώ όλο και πιο σωστά, ενώ ταυτόχρονα ανακάλυπτα σιγά σιγά τις δυνατότητες και τις αντοχές μου. Κάποια στιγμή, μάλιστα, καθώς κολυμπούσα, είπα στον εαυτό μου πως μια μέρα θα κολυμπήσω εδώ για είκοσι τέσσερις ώρες.

Κάποια χρόνια μετά, διάβασα ότι υπάρχουν αθλητές που καλύπτουν υπεραποστάσεις, είτε με τα πόδια, είτε με ποδήλατο, είτε κολυμπώντας, προσπάθειες που διαρκούν πάνω από είκοσι τέσσερις ώρες.

Στο μεταξύ, οι προπονήσεις μου γίνονταν όλο και περισσότερες, όλο και πιο απαιτητικές. Ο δρόμος για την επιτυχία, όμως, προϋποθέτει διαρκή προσπάθεια. Κάποιες φορές έφτανα στην κορυφή, κάποιες άλλες όχι. Κι όμως, δεν ήταν ο πρωταθλητισμός και οι νίκες το βασικό μου κίνητρο. Εντάξει, σε όλους αρέσει η πρωτιά, όμως ακόμα και όταν κέρδιζα σε έναν αγώνα, αισθανόμουν πως το δικό μου όνειρο βρισκόταν αλλού. Το όνειρό μου ήταν να πετύχω κι άλλους στόχους, ακόμα πιο μακρινούς. Η σκέψη που είχε τρυπώσει στο μυαλό μου ήταν μία: να καταφέρω να κολυμπήσω μια πάρα πολύ μεγάλη απόσταση.





Ο Σπύρος είναι ένας κολυμβητής μεγάλων αποστάσεων και κάθε εγχείρημά του φαντάζει ακατόρθωτο. Η προσήλωση στους στόχους του, οι απαιτητικές και ταυτόχρονα πολύωρες προπονήσεις αλλά και η δύναμη του μυαλού είναι τα εφόδια που τον βοηθούν να πραγματοποιεί τα όνειρά του. Ο δρόμος δεν είναι πάντα εύκολος και κάποιες φορές έρχεται αντιμέτωπος με απροσπέλαστες δυσκολίες... Η ιστορία του, όμως, μας δείχνει ότι ποτέ δεν πρέπει να τα παρατάμε και ότι κάθε εμπόδιο πρέπει να μας κάνει πιο δυνατούς! Στο τέλος, η ανταμοιβή της επιτυχίας είναι μοναδική.

Μια αληθινή ιστορία
που μας κάνει να αναθεωρήσουμε
σχετικά με τα ανθρώπινα όρια.



Εκδόσεις ΨΥΧΟΓΙΟΣ
psychogios.gr



ΚΩΔ. ΜΗΧ. 24Ε: 23367