

CU 1% MAI BUN

Publicat prin acordul cu Thomas Nelson o divizie a  
HarperCollins Christian Publishing, Inc.

**1% Better**

Copyright © 2021 Chris Nikic and Nik Nikic

© 2022 Editura ACT și Politon pentru prezenta ediție românească

Editura ACT și Politon

Str. Înclinată, nr. 129, Sector 5, București, România, C.P. 050202.

Tel: 0723 150 590, e-mail: office@actsipoliton.ro

www.actsipoliton.ro

Traducător: **Beatrice Popescu**

Editor: **Bianca Stănescu**

Redactor: **Alexandra Cilliota**

Tehnoredactor: **Teodora Vlădescu**

Coperta: **Alexandra Ilie**

Copyright Manager: **Andrei Popa**

### **Descrierea CIP a Bibliotecii Naționale a României**

**NIKIC, CHRIS**

**Cu 1% mai bun** / Chris Nikic & Nik Nikic cu Don Yaeger; trad.: Beatrice Popescu. - București: ACT și Politon, 2022

ISBN 978-630-303-073-9

I. Nikic, Nik

II. Yaeger, Don

III. Popescu, Beatrice (trad.)

159.9

**AVERTISMENT:** Distribuirea, copierea sau piratarea în orice fel a acestei cărți nu este pedepsită numai prin lege, dar contravine și tuturor normelor și principiilor etice și sănătoase pe care un astfel de titlu le promovează. Ce fel de efect va avea energia pe care vreți să o transmiteți mai departe, dacă aceasta vine prin furt, ilegalitate și lipsă de respect față de autor și față de toți cei care au contribuit la crearea acestei cărți, astfel ca ea să ajungă la dumneavoastră? Împărtășiți cu ceilalți informațiile importante, valorile și lecțiile pe care le-ați aflat din acest material, într-un mod corect și responsabil.

**Chris Nikic & Nik Nikic**  
cu **DON YAEGER**

# **Cu 1% mai bun**

**CUM MI-AM ATINS POTENȚIALUL MAXIM  
ȘI CUM O POȚI FACE ȘI TU**

Traducere din limba engleză  
de Beatrice Popescu

**ap!**  
act și politon

2022



*Bunicului Marko și bunicului Jack, care sunt  
în Ceruri, îmi este dor de voi.*

*Bunicii Luba și bunicii Liz, vă iubesc mult.*

*Surorii mele, Jacky, care a fost mereu alături  
de mine.*

– CHRIS

*Dedic această carte soției mele, visul meu, piatra  
de temelie a familiei noastre. Fără tine, nu aș fi pu-  
tut să fac nimic din toate acestea. Îți mulțumesc că  
ești cea mai bună soție și mamă. Te voi iubi mereu.*

– NIK



# CUPRINS

Cuvânt-înainte la ediția în limba română	9
INTRODUCERE: În cabinetul doctorului	13

## PARTEA I

1. Din Muntenegru în Bronx	29
2. Munca și familia	45
3. Venirea pe lume a lui Chris	59
4. Prea slăbit pentru a fi alăptat	67
5. Școala și sportul	77

## PARTEA A II-A

6. Noi obstacole, noi soluții	89
7. Hai încă una	105
8. Echipa Chris	117
9. „Ești un Ironman!”	139

## PARTEA A III-A

10. Cum să ajungi să fii cu 1% mai bun	157
11. Lecții pentru dobândirea mentalității „cu 1% mai bun”	169

12. Distractiv, fără durere și formator de obiceiuri	185
13. Cum transformi obiceiul de a obține mici reușite într-o mentalitate	197
14. Acum este rândul tău	215
Mulțumiri	219
ANEXĂ. Sistemul „Cu 1% mai bun”	225
Note	247
Despre autori	248
Despre Special Olympics România	251



# Cuvânt-înainte

## la ediția în limba română

**P**ornind de la ideea că lucrurile care par imposibile sunt așa doar pentru cei care nici măcar nu încearcă, cartea de față este încă o dovadă a faptului că, atunci când există muncă, credință, cooperare și aspirații înalte, orice e posibil.

Și este posibil chiar și pentru un om cu un diagnostic destul de sever, cum e sindromul Down.

Cu decenii în urmă, nici măcar nu se punea problema ca cineva cu un extra-cromozom să poată participa la un triatlon, darămite să și reușească să-l finalizeze. Pe măsură ce mentalitatea colectivă s-a schimbat, iar acești oameni au început să fie integrați în societate, și nu respinși, au început să apară performanțele. Tot mai vizibile, tot mai emoționante și mai convingătoare, în acele societăți în care oamenii și-au deschis brațele și inimile pentru cei diferiți.

Chris Nikic este un exemplu viu pentru oricine își dorește să surmonteze un handicap, de orice natură. El ne dăruiește lecții de viață prețioase, prin perseverență și dăruire.

Ca mamă de gemeni cu sindrom Down, știu foarte bine cât efort a fost depus de către părinții și terapeuții lui Chris.

Faptul că, în carte, tatăl lui Chris, Nik Nikic, detaliază felul în care au fost organizate și dozate timpul și efortul

care au dus la reușită, este un mare bonus. Cum s-au desfășurat antrenamentele și cum au fost susținute este un element foarte important pentru oricine își dorește performanță, dar mai ales pentru familiile care au copii cu extra-cromozom, care își pun o mulțime de întrebări și ar vrea să știe care sunt limitele și capacitățile copiilor lor.

Conceptul „cu 1% mai bun”, care dă și titlul cărții de față, este o metodă fantastică de a obține progrese reale și pe termen lung, însă într-un ritm lent și sigur.

Părinții lui Chris au susținut un efort constant în creșterea și educarea copilului lor cu sindrom Down, lucru care, ulterior, a făcut diferența. Însă, mai mult decât toate terapiile și antrenamentele, încrederea în copilul lor a fost elementul-cheie care a contribuit enorm la evoluția lui Chris Nikic.

Pornind de la mediul familial al mamei și al tatălui, trecând prin aspectele care țin de educația lor, acest volum prezintă într-un mod eficace și ușor de înțeles posibilitățile pe care orice părinte de copil cu sindrom Down le are. Experiența celor doi, Nik și Patty, vine în întâmpinarea tuturor celor care au întrebări și temeri legate de această condiție genetică.

Sper ca lucrarea de față să-i ajute pe părinții și aparținătorii acestor persoane minunate, cu extra-cromozom, să înțeleagă mai bine cu ce se confruntă și care sunt limitele, abilitățile și posibilitățile copiilor lor și ce așteptări pot avea de la ei în general.

De asemenea, mi-aș dori ca această carte să contribuie și la normalizarea integrării în societate a celor cu dizabilități, indiferent dacă e vorba de anomalii genetice sau de

altă natură. Abilitățile dincolo de dizabilități sunt cele mai frumoase și mai pline de inspirație povești din lume. Recomand lecturarea acestui volum ca pe un manual despre ambiție, răbdare, perseverență și reușită, pe drumul către atingerea potențialului maxim.

Cristina Bălan

Câștigătoare a concursului „Vocea României”  
și mamă de gemeni cu sindrom Down



# INTRODUCERE

---

## *În cabinetul doctorului*

**O**rice călătorie – chiar și proba de înot de 3,8 km, traseul cu bicicleta de 180 km sau cursa de 42,2 km a triatlonului IRONMAN® – are o linie de start. Această călătorie a început într-un cabinet medical oarecare dintr-o suburbie a statului Maryland.

Dacă ai copii, știi că vorbesc despre un moment magic, sacru. Nimic nu te pregătește pentru venirea pe lume a primului tău copil – anticiparea, entuziasmul și emoțiile care te copleșesc atunci când știi că vei fi responsabil și pentru altcineva în afară de propria persoană. Până în acel moment, ai fost doar... tu, adică fiul sau fiica cuiva, soțul sau soția cuiva. Căsătoria aduce cu ea o mare schimbare de identitate, dar nu este la fel de transformatoare ca momentul în care devii părinte.

Eu și soția mea, Patty, am făcut primul copil în anul 1989, o fetiță frumoasă, pe nume Jacky. Greutatea ei la naștere a fost de aproape 4 kg, ceea ce înseamnă că și-a început viața în forță și, de atunci, nu a mai încetinit. Așadar, mai

trăisem această anticipare fericită. Zece ani mai târziu, după două sarcini pierdute și îngrijorarea permanentă că s-ar putea să nu mai aducem pe lume un frate sau o soră pentru Jacky, Patty a rămas din nou însărcinată. Dacă tu sau o persoană apropiată v-ați confruntat cu pierderea unei sarcini, știi cât de cruntă poate fi această experiență, în special pentru mamă. Pierderea unei sarcini erodează încrederea mamei în capacitatea ei de a avea copii. Ca tată, chiar și după toți acești ani, încă mă gândesc la cum ar fi fost. Mă întreb cum ar fi arătat viața noastră dacă nu pierdeam acei doi copii. Mă gândesc mereu la asta.

Din postura de soț al unei femei care a pierdut o sarcină, îi poți oferi alinare spunându-i că nu trece singură prin această perioadă plină de îndoieli, dar, în cele din urmă, povara cade pe umerii mamei. În ciuda celor două sarcini pierdute, visul meu și al lui Patty a devenit în sfârșit realitate, și eram la fel de entuziasmați în privința celui de-al doilea copil așa cum fusesem și în cazul primului. La urma urmei, un deceniu înseamnă mult timp.

Era primăvara anului 1999, iar eu și Patty ne aflam în cabinetul unui doctor din Westminster, Maryland, așteptând să intrăm pentru ecografie. Patty mai fusese însărcinată și era mult mai curajoasă decât mine când se ajungea la miezul problemei și trebuia să-i pună doctorului întrebările cu adevărat dificile, așadar s-ar fi putut descurca singură în timpul consultației și ar fi putut să-mi spună seara toate noutățile pe care le aflase. Dar am vrut să fiu acolo cu ea. Încercaserăm timp de zece ani lungi să mai facem un copil și am vrut să fiu alături de ea. S-a dovedit că am procedat bine.

Patty era în cel de-al doilea trimestru de sarcină, o perioadă deosebit de palpitantă, deoarece embrionul începe să arate ca o persoană adevărată, cu mâini și picioare, și chiar i se deosebesc câteva trăsături faciale. Amândoi eram entuziasmați când i-a venit rândul la ecografie, ea intrând în sala unde urma să fie pregătită de către tehnician. Procedura este efectuată de un tehnician care folosește un aparat cu ultrasunete pentru a înregistra imagini cu fătul, acestea fiind evaluate apoi de doctor, înainte de întâlnirea cu viitorii părinți.

Tehnicianul mișca transductorul pe burta lui Patty, în timp ce ea privea monitorul pe care apăreau tot felul de imagini ciudate, până când s-a oprit asupra unei imagini cu fătul. Și iată-l – acesta avea să fie fiul nostru. Am zâmbit amândoi și i-am aruncat o privire tehnicianului, care examina îndeaproape imaginile cu creierul, inima și coloana vertebrală. După o clipă, a imprimat câteva imagini și a ieșit din cameră fără să ne spună prea multe. Patty mi-a spus că s-a simțit puțin ciudat și, în timp ce aștepta să intre doctorul, a început să se îngrijoreze din cauza șoaptelor tehnicianului care se auzeau din camera alăturată.

Când doctorul a intrat în încăpere, după o perioadă care ni s-a părut neobișnuit de lungă, a întrebat-o mai întâi pe Patty cum se simte, apoi ne-a spus că a descoperit niște pete albe pe inima copilului. Se știe că femeile care se apropie de 40 de ani, categorie în care intra și Patty, sunt mai predispuse să nască copii cu sindrom Down sau cu alte boli genetice. Acele pete albe reprezentau un semn timpuriu că ceva nu decurgea normal în dezvoltarea fătului. Doctorul ne-a recomandat să facem niște teste suplimentare

pentru a se asigura. L-am întrebat: „Ce ne vor spune aceste teste suplimentare? Sunt riscante?”. Ne-a răspuns că testele vor putea identifica prezența unor eventuale anomalii cromozomiale, precum sindromul Down. A mai adăugat că, da, exista un mic risc – copilul ar fi putut fi rănit sau ar fi putut chiar să moară – în timpul amniocentezei, procedeul prin care doctorul extrage lichid amniotic de la mamă și de la făt cu ajutorul unui ac lung, introdus în uter prin abdomenul pacientei. Și avortul spontan se numără printre riscurile acestei proceduri.

Eu și Patty merseserăm la acea consultație plini de speranța și de bucuria caracteristice unor viitori părinți, dar am plecat neliniștiți și chiar puțin speriați de ce ne-ar fi putut aduce viitorul.

La început, m-am întristat, apoi m-am înfuriat pe doctor, pentru că știa atât de puține despre mine și Patty, încât a presupus că vom face mai multe investigații. Dacă ar fi știut mai multe despre ce aveam în spate, poate că nu s-ar mai fi grăbit să ne recomande acele teste suplimentare. Ar fi putut să înțeleagă de ce ne-am simțit jigniți când a insinuat, cu convingere, că am fi dispuși să întrerupem sarcina lui Patty în cazul în care am fi descoperit o anomalie. Poate că și-ar fi dat seama că noi vedeam acel copil ca pe un dar primit de la Dumnezeu, după zece ani în care Patty nu reușise să ducă o sarcină până la termen. Ar fi putut aprecia faptul că un copil cu nevoi speciale nu ar fi făcut nimic altceva decât să o determine pe Patty, o mamă foarte protectoare, să aibă o relație și mai strânsă cu copilul nostru.



Eu și Patty am crescut în familii religioase. Eu m-am născut în Muntenegru, țară care a făcut parte din fosta Iugoslavie, într-o familie de rit ortodox. Patty s-a născut într-o familie catolică. După căsătorie, ne-au fost prezentate mai multe culte creștine, printre care și bap­ tismul și prezbiterianismul. Le-am explorat pe multe dintre ele și toate ne-au plăcut, dar cel mai mult ne-a captivat înclina­ rea spre credință și spre sanctitatea vieții omenești, speci­ fice congregațiilor baptiste și prezbiteriene. În momentul în care Patty a rămas însărcinată cu cel de-al doilea copil, mersul la biserică era deja o obișnuință pentru noi, credin­ ță fiindu-ne din ce în ce mai puternică.

Cele nouă luni cât a fost Patty însărcinată cu cel de-al doilea copil au fost o perioadă foarte aglomerată pentru familia noastră. Ne pregăteam să ne mutăm în Florida pen­ tru a fi mai aproape de părinții lui Patty și pentru a ne bucura de soare. Faptul că am crescut în zone cu climă rece – Patty în Minnesota și eu în Muntenegru, apoi în Bronx – nu ne-a făcut să îndrăgim vremea rece. Ne bucura gândul că urma să ne mutăm într-o zonă unde puteam petrece mai mult timp afară, fiind o familie athletică și activă. În calitate de consultant de vânzări, călătoream mult în interes de serviciu, dar un weekend remarcabil petrecut în compania legendarului antrenor de baschet John Wooden, m-a făcut să mă gândesc serios și la o schimbare de carieră. Nu mai e nevoie să spun că viața noastră era aglomerată și în conti­ nuă schimbare. A fost o schimbare pozitivă și productivă, dar tot o schimbare rămâne.

În tot acel iureș, eram siguri de un singur lucru: că nu vom mai face alte teste și că vom păstra acest al doilea copil.

Singura întrebare care rămânea fără răspuns era dacă îngrijorările doctorului urmau să se materializeze odată cu nașterea copilului nostru.

Aceasta nu avea să fie ultima dată când comunitatea medicală și sanitară ne lăsa impresia că aveam doar două opțiuni, iar una dintre ele însemna că trebuia să ne descurcăm singuri și să ne protejăm cum puteam mai bine.

Ceea ce foarte puțin oameni știu, printre care cu siguranță nu se numără și doctorii noștri, este că eu și familia mea ne-am descurcat singuri toată viața, cu mult înainte ca sușurile și coborâșurile întâlnite pe parcurs să ne aducă în cabinetul aceluia doctor din Maryland. Această carte este povestea familiei mele până la acel episod din Maryland, apoi mai departe, până în prezent. Este o poveste care a stârnit interes național – chiar internațional – după ce fiul nostru, Chris, pe care doctorul ne-a sugerat să nu-l avem, a ajuns în anul 2020 pe prima pagină a ziarelor și a inspirat mulți oameni cu povestea sa, oferindu-le speranță și demonstrându-le puterea perseverenței și a credinței.

Este necesar să precizăm faptul că, deși *Cu 1% mai bun* este despre Chris și realizările lui, textul nu îi aparține. Sindromul Down îl împiedică să comunice în acest fel tot ce s-a întâmplat în viața lui. Cu toate acestea, suntem coautori în adevăratul sens al cuvântului, căci Chris își scrie zilnic povestea în timp ce se antrenează, concurează, îi încurajează pe ceilalți și se străduiește să devină cu 1% mai bun în fiecare zi.

Nu am considerat niciodată că viața mea este remarcabilă – până când nu mi s-a cerut să le vorbesc și altora despre ea. Din momentul în care Chris s-a îmbarcat în călătoria lui

inspiratoare, nimic în lume nu ne-ar fi putut pregăti pentru minunile care au început să apară în familia Nikic.



Triatlonul Visit Panama City Beach IRONMAN din Florida a început pe data de 7 noiembrie, 2020, înainte de răsăritul soarelui. Acesta a fost singurul triatlon IRONMAN cu probe complete organizat în anul 2020; toate celelalte curse IRONMAN au fost anulate din cauza pandemiei de COVID-19.

Evenimentul se desfășura în Golful Mexic, iar în momentul în care trebuia să înoți, să mergi cu bicicleta și să alergi o distanță totală de 226 km, aveai ideea reconfortantă în minte că briza care venea dinspre golf nu era niciodată prea departe. Chiar dacă era ora 5.00 și încă întuneric afară, atmosfera din acea dimineață era încărcată de energie și de sunetele pe care le făceau atleții pe măsură ce soseau și începeau să se încălzească. Chris – alături de Dan Grieb, Jennifer Sturgess și Carlos Mendoza, membri ai Clubului Central Florida Tri – a început și el să-și facă exercițiile de încălzire. Dan era Partenerul Unificat al lui Chris, fiind responsabil de siguranța lui pe parcursul evenimentului.

Chris avea deja ceva notorietate datorită faptului că era prima persoană cu sindrom Down care terminase un triatlon olimpic și un triatlon IRONMAN 70.3®. Triatlonul olimpic este compus dintr-o probă de natație de 1,5 km, o probă de ciclism de 40 km și o probă de alergare de 10 km. Semimaratoanele și ultramaratoanele sunt mult mai solicitante decât cele care implică alergarea pe distanța olimpică. Cei care au terminat ambele triatlonuri IRONMAN spun că

ultra distanța este într-adevăr dublă, dar semimaratonul este de cinci până la zece ori mai dificil de terminat, în special din punct de vedere psihic.

În orice caz, în timp ce Chris, Dan, Jenn și Carlos se încălzeau, am observat că un mic grup de oameni se aduna în jurul lor. Zeci de atleți voiau să-l îmbrățișeze pe Chris și să-i ureze succes. Oriunde mergeau Chris și Dan, atleții îi opreau ca să-i dea o îmbrățișare lui Chris. Alții ovaționau și aplaudau în timp ce treceau pe lângă ei. Alții voiau să facă poze cu Chris. Reprezentanții IRONMAN Group, Special Olympics și ESPN, plus un regizor de filme documentare și un post local de televiziune, mergeau în urma lor încercând să profite de un răgaz în care să-i ia un interviu lui Chris. Când Dan și Chris au mers să predea bicicleta lui Chris, au fost acaparați de un nou val de oameni care voiau să-și arate susținerea. Dan nu voia să fie nepoliticos, fiindcă știa că toți acei oameni care îi urau succes lui Chris îl susțineau cu adevărat și încercau să-l motiveze să obțină rezultate cât mai bune, dar, în același timp, puneau și mai multă presiune pe umerii lui. Atleții încearcă să profite de timpul dinaintea cursei pentru a intra în starea mentală potrivită, iar Chris și Dan au fost nevoiți să profite de fiecare secundă.

Prima probă, cea de înot, consta în două ture în jurul digului Russell-Fields, care iese din apele turcoaz ale golfului. Fiecare tură avea 1,93 km, deci un total de 3,86 km. Timpul oficial al atleților începea în momentul în care intrau în apă. Toți atleții aveau la dispoziție 17 ore pentru a termina cursa (cu condiția să nu depășească timpul alocat fiecărei probe).

Fiecare dintre cele trei probe a venit cu o provocare diferită pentru Dan și Chris. În timpul probei de înot, pentru o mai bună siguranță, Dan s-a legat de Chris cu o coardă elastică. Acesta s-a dovedit a fi un lucru bun, deoarece Chris și Dan au primit permisiunea să plece primii. Totuși, problemele acestei dispunerii au început să se vadă imediat: nu aveau pe nimeni înaintea lor după care să se ghideze, iar caiacul desemnat de organizatori pentru supravegherea atleților nu îi permitea lui Dan să vadă geamandurile care marcau traseul, obligându-l să facă o serie de manevre dificile și obositoare pentru a păstra direcția. O altă problemă a fost faptul că sutele de înotători care îl depășeau pe Chris se și izbeau de el. Pentru a evita aglomerația, Chris și Dan s-au dat la o parte și au ales un traseu mai lung, ceea ce a însemnat că au înotat mai mult doar pentru a evita mulțimea. Din fericire, până să pornească în cea de-a doua tură, își găsiseră deja un ritm bun și își dăduseră seama cum puteau termina la timp.

În timpul probei de ciclism, din cauza faptului că nu își putea ține suficient de bine echilibrul pe bicicletă, astfel încât să poată să bea și să mănânce în mișcare, Chris a fost nevoit să se dea jos de pe bicicletă la fiecare 30 de minute și să facă pauze de hidratare. Când s-a oprit la kilometrul 35, și-a dat seama că s-a așezat pe un mușuroi de furnici roșii, care începuseră să i se urce pe glezne și să-l muște, motiv pentru care i s-au umflat picioarele. Dan i-a sărit în ajutor și a folosit apa din sticla lui pentru a-l spăla pe Chris din cap până-n picioare și a-l salva astfel de micii demoni roșii. Chris a reușit să pornească din nou la drum, dar undeva pe la jumătatea cursei de 180 km, traseul a devenit deluros, iar Chris mergea prea repede ca să poată trece în

siguranță drumul înclinat și sinuos. Pe o porțiune de drum care fusese reparată necorespunzător, Chris a pierdut controlul bicicletei și a căzut destul de urât. Dan a virat pentru a-l ocoli, oprindu-se 20 m mai în față, a sărit de pe bicicletă și s-a întors la locul în care căzuse Chris. Dan l-a găsit pe Chris acolo răsând. „Am căzut de pe bicicletă! Am căzut de pe bicicletă!”

Chris s-a ales cu niște vânătăi și cu un genunchi însângerat, dar nu a fost într-atât de grav încât să se oprească. Simțul umorului i-a rămas intact, la fel și bicicleta. Cu toate acestea, din punct de vedere psihic, se vedea că era afectat. În următorii 48 km, și-a redus viteza de la o medie de 24 km/h la o medie de 16 km/h. Punând la socoteală timpul pierdut cu furnicile, accidentul și încetinirea, Chris a trecut de la un avans de 30 de minute la o întârziere de 30 de minute, riscând să nu se mai încadreze în timpul alocat probei. La kilometrul 128, m-am dus la ei să le spun că erau foarte în urmă și că, probabil, nu vor termina la timp dacă Chris nu va face ceva ce nu a mai făcut niciodată. L-am luat pe Chris deoparte, l-am îmbrățișat îndelung și i-am zis: „Hei, amice, dacă vrei să devii astăzi un atlet IRONMAN, în ultima tură trebuie să pedalezi așa cum nu ai mai făcut-o niciodată”. Mai avea de parcurs încă 51 km. I-am pus aceeași întrebare pe care i-o pun mereu: „Cine va câștiga? Durerea ta «falsă» sau visurile tale?”

El mi-a răspuns: „Visurile mele”.

A recuperat întârzierea de 30 de minute și a terminat cu opt minute înaintea termenului-limită.

La începutul traseului de maraton, Chris s-a oprit la fiecare câțiva pași pentru a îmbrățișa oamenii adunați la linia

de start, veniți să-l încurajeze. Dacă este un lucru care să îl motiveze pe Chris, acela este o îmbrățișare. După aceea, Chris și Dan au început să facă ture pe străzile din Panama City Beach, în plină noapte. Dan l-a legat din nou pe Chris de el pentru a se asigura că păstrează ritmul și nu aleargă prea repede sau prea încet. Pe parcursul celor două ture ale traseului, ai parte de o priveliște a țărmului și apelor Coastei de Smarald care îți taie respirația. Startul s-a dat în parcul Aaron Bessant, apoi drumul a coborât spre coastă, până la un mic sens giratoriu de pe Joan Avenue, unde făceai cale întoarsă.

La kilometrul 16, Chris a încetinit atât de mult, încât părea că stă pe loc. Așa cum spun sportivii de duranță, Chris „se lovise de un zid”. Celor mai mulți maratonisti li se întâmplă pe la kilometrul 30, deci faptul că el s-a confruntat cu această problemă la kilometrul 16 era un motiv de îngrijorare. Dan a încercat mai multe metode prin care să îl determine pe Chris să reia cursa, dar nimic nu a funcționat. Așa că, m-au sunat pe mine, iar eu am sărit pe un scuter și am pornit spre ei. Nu am putut cădea de acord cu Dan în privința celui mai bun mod de a-l motiva pe Chris să treacă linia de finiș – eu eram în favoarea înlăturării coardei elastice dintre ei doi, dar nu l-am putut convinge și pe Dan. În cele din urmă, a fost decizia mea, și am ales să o înlăturăm.

Înainte de a pleca și de a-i lăsa să-și continue cursa, l-am tras pe Chris mai aproape de mine și i-am spus că în mintea lui are loc o luptă între durerea falsă pe care o resimte – continuarea cursei devenise neplăcută – și visurile lui.

„Cine va câștiga?”, l-am întrebat.

Chris a răspuns: „Visurile mele vor câștiga”.

I-am spus lui Chris: „În regulă, amice, acum trebuie să te legi din nou cu coarda elastică pentru a te menține la un ritm constant”, iar el a fost de acord. După care, m-am întors spre Dan, Carlos, Jennifer și Chris și am spus că Dumnezeu a trimis niște îngeri ca să-mi ajute fiul și că am toată încrederea că îngerii lui Chris îl vor aduce acasă în siguranță. Din acel moment, Dan hotărâra care era cea mai bună cale de a termina cursa cu Chris. Aveam încredere deplină că îl va ajuta pe Chris la fel de bine cum aș fi făcut-o și eu. Am plecat apoi înaintea lor, spre linia de finiș; nu aveam să mă mai vadă până la finalul cursei.

Din momentul în care Chris și-a găsit ritmul, nimic nu l-a mai putut opri. Recuperaseră atât de mult timp, încât Dan și-a dat seama că ar fi putut merge literalmente la pas ultimii 3 km, și tot s-ar fi încadrat în timpul alocat. După ce s-au oprit câteva minute pentru a îmbrățișa niște fani, s-au hotărât să nu lenevească și să dea tot ce au mai bun.

La începutul cursei, cu aproape 17 ore mai devreme, întunericul încă domnea. Acum, în timp ce mii de atleți terminau traseul de 226 km în uralele mulțimii și ale celorlalți participanți, întunericul se lăsase din nou. La linia de finiș, unde așteptam împreună cu prietenii și familia, erau și mulți atleți care terminaseră deja cursa, dar entuziasmul tuturor a început să se facă simțit atunci când au apărut trei siluete la orizont. Desigur, știam despre cine era vorba: Chris, împreună cu alți doi alergători mai în vârstă, Dan și Carlos.

Când au trecut linia de finiș, Chris a reușit să-și ridice brațele în semn de victorie, moment în care s-au declanșat blițurile a sute de aparate de fotografiat, iar mulțimea a



izbucnit în urale. Chris reușise să devină prima persoană cu sindromul Down care termina un triatlon IRONMAN.

Atletul Chris, proaspătul deținător al titlului IRONMAN, era, desigur, varianta adultă a copilului nenăscut cu care eu și soția mea, Patty merseserăm la acel doctor din Maryland cu 20 de ani în urmă. Iată-l acum la linia de sosire, cu brațele ridicate în semn de victorie, după 16 ore, 46 de minute și 9 secunde.

„Chris Nikic, ești un IRONMAN\*!”, a strigat Mike Reilly, vocea triatlonurilor IRONMAN.

Mai târziu, după un control medical în care i s-au bandajat rănilor, Chris și echipa sa s-au întors acasă, și-au pus ciorapii de compresie și s-au dus să se ospăteze la Waffle House. Chris iubea lumea, iar lumea începea să se îndrăgostească de el.

Cât despre visul pe care a ales să-l urmeze în locul durerii? Era visul de a fi la fel ca mine și ca tine: de a fi independent, de a se căsători și de a-și împărți viața cu persoana iubită.

---

\* În traducere, „Om de fier”. (n. ed.)