

CUPRINS

SUPRAVIEȚUIRE		010
Capitolul 1	Înotul în Epoca de Piatră	017
Capitolul 2	Ești un animal terestru	028
Capitolul 3	Învățăturile unui Nomad al Mării	033
Capitolul 4	Foca umană	039
STARE DE BINE		058
Capitolul 5	Apa ca remediu	063
Capitolul 6	Apă de mare în vene	076
Capitolul 7	Extazul apelor libere	092
COMUNITATE		104
Capitolul 8	Cine înoată?	109
Capitolul 9	ONU în miniatură	113
Capitolul 10	Haos și Ordine	126
WWW.PILOTBOOKS.RO		132
Capitolul 11	Stropește și fugi	139
Capitolul 12	Cum să înoți ca un asasin	149
Capitolul 13	Rechinii și plevușca	156
Capitolul 14	Calea Samuraiului	166

FLUX		182
Capitolul 15	Un act religios	187
Capitolul 16	Starea lichidă	196
Capitolul 17	Ca între înotători	203
Epilog		213
Mulțumiri		215
Note		219



Într-o seară, la cină, soțul meu îmi povestește o întâmplare pe care o auzise, despre un vas din Atlanticul de Nord și un bărbat care ar fi trebuit să sfârșească înecat. Seara târziu, pe 11 martie 1984, pe o mare calmă, un trauler opera la aproape cinci kilometri est de insula Heimaey, parte dintr-un arhipelag situat în largul coastei sudice a Islandei. Cerul era senin și aerul rece de iarnă măsura minus două grade Celsius. La bordul navei erau cinci oameni. Secundul Guðlaugur Friðþórsson, de doar douăzeci și doi de ani, se retrăsese pentru odihnă și dormea în cabina sa de sub punte când a fost trezit de bucătar, care i-a spus că plasa traulerului se agățase de fundul mării. Ajuns pe punte, Friðþórsson a văzut cum echipajul încerca să vireze plasele. Unul dintre cablurile de traulare era tensionat pe o parte, înclinând vasul atât de tare încât marea începuse să se reverse printre balustrade. Friðþórsson a dat un strigăt de avertisment. Comandantul Hjortur Jónsson a ordonat să se slăbească din vinci, care, însă, s-a blocat. Un val de hulă a săltat vasul, răsturnându-l, iar marinarii au fost azvârliți în marea înghețată.

Doi dintre bărbați s-au înecat aproape imediat, însă ceilalți trei, inclusiv Friðþórsson, au reușit să se agațe de chila navei. Vasul a început să se scufunde cu repeziciune, fără ca ei să reușească să elibereze pluta de urgență. În apa de cinci grade aveau mai puțin de jumătate de oră până să fie răpuși de hipotermie. Cei trei au început să înoate spre țărm. În câteva minute mai erau doar doi: Jónsson și Friðþórsson.

În timp ce înotau, cei doi se strigau reciproc, pentru motivare. Apoi, Jónsson a încetat să mai răspundă. Friðþórsson, îmbrăcat cu pantaloni albaștri de lucru, o cămașă roșie din flanel și un pulover subțire, a continuat să înoate și, ca să nu adoarmă, a vorbit cu pescărușii. O barcă s-a apropiat la circa 100 de metri, iar el a strigat cât a putut de tare, însă barca s-a îndepărtat. Înota pe spate, cu privirea ațintită pe farul din periferia sudică a insulei. Într-un târziu a auzit valurile spărgându-se

de coastă. S-a rugat să nu fie zdrobit de stânci. A ajuns la baza unei faleze abrupte, epuizat și groaznic de însetat, incapabil să-și simtă brațele sau picioarele. Fără vreo cale de a se cățăra, a intrat din nou în apă și a schimbat direcția de înot spre sud. Ajuns la țarm, a străbătut anevoie aproape doi kilometri de teren accidentat, de rocă vulcanică și acoperit de zăpadă, până în oraș, unde s-a oprit să spargă un strat de gheață gros de câțiva centimetri dintr-o adăpătoare de oi, ca să bea o gură de apă. Când, în sfârșit, a intrat în oraș, i-a părut ca într-un vis; a bătut la ușa primei case luminate. Era desculț și acoperit de chiciură. În urmă îi rămăsese pe trotuar o dâră însângerată.

Aceasta este o poveste adevărată. Friðþórsson a supraviețuit șase ore în marea înghețată și a înotat aproape cinci kilometri până la țarm. La spital, doctorii nu-i puteau distinge pulsul. Totuși nu dădea semne de hipotermie, doar de deshidratare.

012 Corpul lui Friðþórsson, se pare, seamăna cu cel al unei foci. Cercetătorii au stabilit ulterior că avea un strat izolator de paisprezece milimetri de grăsime - de două sau trei ori mai mult decât grosimea normală la om și mai densă. Acest om era un mamifer mai mult marin decât terestru. Propria ciudățenie biologică l-a salvat: i-a conservat căldura, flotabilitatea și capacitatea de a înota. Mulți l-au numit un adevărat *selkie* - acea creatură jumătate-om jumătate-focă din folclorul islandez și scoțian. Pentru mine, el este o mărturie vie a faptului că nu suntem atât de rupți de mediul marin.

Ca oameni, pășim pe pământ. Suntem creaturi terestre cu un trecut acvatic. Sunt atrasă de povești precum cea a lui Friðþórsson, deoarece vreau să știu ce se păstrează din acel trecut astăzi. Într-un fel, toate poveștile despre înot - de la naiadele din mitologia greacă până la înotătoarea de cursă lungă Diana Nyad, care a înotat din Cuba până în Florida în 2013 - sunt încercări de reînnoțire a legăturilor dintre apă și noi, cei adaptați la uscat. Noi, oamenii, nu suntem înotători înnăscuți, însă am descoperit căi de a recupera abilități existente înainte de

separarea pământ-apă din cursul evoluției noastre, cu sute de milioane de ani în urmă.

De ce înotăm, de vreme ce evoluția ne-a modelat astfel încât să excelăm în mediul terestru și să alergăm prada până când pică de epuizare? Este, desigur, o chestiune de supraviețuire: într-un anumit moment al evoluției, înotul ne-a ajutat să traversăm lacuri preistorice pentru a scăpa de prădători din rândul propriei specii; să ne scufundăm după cea abundentă de crustacee mai mari și să accesăm noi surse de hrană; să ne aventurăm peste oceane și să colonizăm noi pământuri; să ne descurcăm cu tot soiul de pericole acvatice și să privim înotul ca pe o sursă de încântare, plăcere, reușită. Să ajungem până în prezent, când ne întrebăm de ce înotăm.

Această carte caută să descopere ce anume din apă ne seduce, în ciuda pericolelor, și de ce revenim, iar și iar, la ea. Îmi este limpede că, odată ce învățăm să înotăm pentru supraviețuire, înotul poate fi mai mult de-atât. Înotul poate însemna vindecare și sănătate - o cale către bunăstare. Înotatul împreună poate fi calea spre comunitate prin intermediul echipei, al clubului sau al unei ape pe care o îndrăgim și o împărțim. Trebuie doar să ne privim unii pe alții în apă, ca să știm că ne invită la joc. Dacă devenim suficient de buni, înotul poate deveni prilej de competiție - un mod de a ne testa caracterul, într-o piscină sau în ape deschise. Înotul e și despre minte. A-ți găsi ritmul în apă înseamnă să descoperi un nou mod de a fi pe lume, printr-un flux. Asta ține de relaționarea omenească cu apa, de modul în care afundarea noastră ne poate încuraja imaginația.

Peste 70% din suprafața planetei este acoperită de apă; 40% din populația globului locuiește la aproape 100 de kilometri de coastă. Această carte se adresează înotătorilor și curioșilor de toate felurile și vârstele, indiferent dacă apa vă atrage pentru viteză, distanță sau transcendență. Este pentru cei care ascultă chemarea alertă a apei. Este și pentru aceia dintre noi care încercăm să ne înțelegem pe noi înșine, acea stare pierdută,

tăcută de *a fi* - fără tehnologie și apeluri - care ne întoarce la originile noastre marine.

Intrăm din proprie inițiativă în ape de tot felul: oceane, lacuri, fluvii, râuri, piscine. Ba mai avem și câte o idilă cu salvamarii, custozii acestor locuri. Povestea familiei mele începe la intersecția acestor elemente - și nu doar pentru că părinții mei s-au întâlnit la un bazin de înot din Hong Kong.

Am învățat să înot când aveam cinci ani, pentru simplul motiv că părinții mei nu doreau să mă înec nici în cadă, nici în piscina din curtea vecinilor și nici la plajă. În copilărie, petreceam foarte mult timp în apa de un metru din creștătura oceanului Atlantic, de pe plaja Jones Beach din New York. Îmi aduc aminte limpede: împreună cu verișorii și fratele meu țopăim în apa mică așteptând un val care să ne ia pe sus. Ne folosim brațele pe post de vâsle care să ne ghideze pe fața valului în timp ce se sparge și eșuăm la intersecția înspumată a apei cu nisipul. Ridică-te, râzi, repetă.

014

Suntem vrăjiți de această apă în continuă mișcare. La fel ca toată lumea. Într-o zi arzătoare și în vacanțe se puteau găsi acolo, la Jones Beach, o sută de mii de oameni. Salvamarii veghează de la înălțimea posturilor, urmărind mulțimea din spațele ochelarilor de soare cu lentile reflectorizante.

O zi de plajă are ceva primitiv - sunt animalele care se îndreaptă spre locul de adăpare. Apa atrage ca un magnet mulțimile umanității. Observ felul în care oamenii intră și ies din apă. Unii sunt acolo doar pentru a se răcori: intrare plină de entuziasm, ieșire rapidă. Unii zăbovesc o vreme, plutesc, stropesc, înoată. Întotdeauna sunt unii care păstrează distanța și nu intră deloc. Dar tot vin, hipnotizați de pulsul oceanului, înviorați de zgomotul valurilor și de mirosul sărat al aerului.

Am simțit devreme atracția lichidă: plăcuta alunecare în afundare, imponderabilitatea ce pune repede stăpânire, accesul privilegiat într-un univers mut. Accesul mi-a fost acordat acolo, la Jones Beach, unde petreceam ore întregi nu foarte departe de

prosoapele de plajă albastre și înflorate ale mamelor noastre. Între reprizele de înot, ne înghionteam și ne îngropam în nisip. Îmi plăcea cum oceanul părea să respire, liniștit într-un moment și înfoiat în următorul, purtându-ne ondulat spre și dinspre linia orizontului. Odată a venit un val mare și m-a lovit din spate. O tumbă spectaculoasă. Apoi un spațiu lichid verde, tulburat de nisip. Înotam fără țintă. *Încotro este sus?* Un metru și jumătate nu înseamnă foarte multă apă, însă este suficient de adâncă încât să te îneci în ea.

Timpul s-a oprit. M-a surprins presiunea arzătoare a plă-mânilor care tânjeau după aer.

Timpul a repornit cu o lovitură accidentală la cap de la vărul meu care înota la mai puțin de un metru distanță. Mulțumită acestui reper am țâșnit spre suprafață cu părul înfășurat în jurul feței ca niște alge. Jenată și gâfâind, am privit în jur. Când am realizat că nimeni nu băgase de seamă că sunt la ananghie, m-am prefăcut că nu s-a întâmplat nimic și m-am întors imediat în mare.

015

Ce ar fi putut produce această amnezie voluntară? Ce am găsit atât de fascinant la apă încât să-i pot ierta mării tentativa de asasinat, și încă așa de repede? Aproape în fiecare an, câțiva oameni se îneacă pe plajele din Long Island. Pe atunci eram doar o înotătoare tânără care venea înapoi pentru încă o doză de magie: iluzia de a aparține de un mediu străin nouă, oamenilor.

Experiența din ziua aceea rămâne cu mine - la treizeci de ani de atunci sunt un adult care înoată de plăcere și face mișcare aproape zilnic, dar încă îmi pun întrebări despre instinctele profunde, primitive, care ne conduc. Suntem atrași de paradoxul apei ca sursă a vieții și a morții și am găsit nenumărate căi de a ne raporta la ea. Nu toți sunt înotători, însă fiecare poate spune o poveste despre înot. La o analiză a acestei experiențe universale - și este universală, chiar dacă vă este sau nu teamă de apă; că va pasă sau nu de ea, o veți întâlni într-un anumit moment

al vieții voastre - constatăm că, de fapt, ne exersăm mușchii de supraviețuitori, mândrindu-ne în sinea noastră că nu părăsim câmpul de luptă. Luăm la rând piscinele, vânăm oazele și ne scufundăm în căutarea ispitei care ne atrage în adâncuri. E un fel de a explora lumea. Haideți să înotăm!

Începem cu o crustacee.

CAPITOLUL UNU

Înotul în Epoca de Piatră

Melcul abalone nu vrea să se desprindă de stâncă. La cinci metri sub apă, bag cuțitul metalic sub cochilie, între priza musculoasă a moluștei și bolovanul de care s-a prins, așteptându-mă să-l văd sărind de acolo așa cum mi s-a zis. Nimic.

Încerc din nou, bule de aer începând să-mi scape pe nas din cauza efortului depus, ca să-mi mențin poziția împotriva curenților care mă trag înapoi și încolo. Tot nimic. E clar că acest abalone, simțindu-mi prezența, s-a prins bine de tot. Și când face asta, mă dumiresc eu, e aproape imposibil să îl mai desprinzi.

Scufundarea după melci abalone este un sport atrăgător, însă primejdios. Pe urmele moluștei agile m-am scufundat în apele din Salt Point State Park, de-a lungul solitarei și șerpuitei Sonoma Coast, la două ore și jumătate spre nord de San Francisco. Pericolele sunt numeroase: apă rece, curenți de retur, stânci, alge încâlcite, valuri mari, rechini. Cu toate acestea, aproape în fiecare sezon, din aprilie până în noiembrie, mii de înotători se îndreaptă încrezători spre coasta Californiei de Nord, să își încerce mâna la vânat de abalone. Abalone-ul roșu sălbatic este cel mai mare din lume și se găsește numai pe coasta de vest a Americii de Nord. Acolo pot să o fac pe vânătorul preistoric, scufundându-mă ca să îmi câștig cina, cu zero experiență în domeniu.

Am brevet de scafandru, numai că tot echipamentul acela a ajuns, cu anii, să îmi pară claustrofobic și împovăraător când sunt în apă. Buteliile de aer sunt interzise în această

regiune a coastei, așa că vânătorii de abalone nu sunt dotați cu prea multe în afara abilităților de înot și ținerea respirației. Adevărul despre această poveste cu întoarcerea la origini și omul în luptă cu natura este altul. Conform relatării grănicerilor, fiecare scobitură în țărm de-a lungul acestei coaste ascunde un mormânt. În 2015, doar în primele trei săptămâni de sezon au murit patru scufundători ce vânau abalone. Se pare că nici scufundătorii experimentați nu își pot ține respirația prea mult timp; iar când se confruntă cu așa ceva, cei obișnuiți cu buteliile cu aer se panichează. În apa aceea tulbure este o treabă dificilă să îți păstrezi orientarea. Hula te aruncă în stânci, după care te trage în larg.

018 Dar, totuși, vreau să încerc. Reușesc să disting pe suprafața unei stânci mari și abrupte buza unduitoare de țesut negru a melcului abalone sau mantaua. Mă chinui să desprind unul, apoi altul. O parte veche a creierului meu, cât bobul de mazăre, sclipește de satisfacție în momentul în care, cu ochii pe premiu, mă răsucesc spre fundul mării și, în final, scot din apă un abalone de aproape trei kilograme. Am nevoie de amândouă mâinile ca să-l trag și de ambele picioare ca să mă propulsez; îmi simt rânjetul în formare pe buze, înainte de a-mi scoate capul la suprafață.

Nu am simțit niciodată impulsul de a împușca o pasăre pentru micul dejun sau de a doborî o căprioară pentru cină. Dar, încă din momentul în care pândesc molusca, simt clar imboldul direct de a-mi câștiga prânzul înotând. Am nevoie să înțeleg înotul ca act dedicat unui scop mai important decât acela de a face mișcare. Mai târziu în aceeași zi, în curtea mea, spăl, curăț și bat carnea ca să o frăgezesc - da, cu o piatră - o frig direct la flacăra și ofer celor patru membri ai familiei mele o masă obținută în întregime cu mâinile, respirația și corpul meu. Ne-am rupt de sursele noastre de hrană; este un simptom cunoscut al vieții moderne. Înotul după resurse îmi permite să refac, pentru un moment, conexiunea. Seara, când îmi spăl

mâinile în chiuvetă și privesc cum se scurge apa, îmi amintesc involburarea ritmică a apelor mării printre stâncile din lungul țărmului și cum se simte s-o privești când se varsă înapoi în larg.

Primul vestigiu cunoscut al înotului se află în mijlocul deșertului. Undeva în Egipt, pe îndepărtatul platou montan Gilf Kebir, aproape de frontiera cu Libia, se pot vedea înotători practicând stilul bras pe pereții unei peșteri.

Peștera Înotătorilor, descoperită de exploratorul maghiar László Almásy în 1933, conține un tezaur de picturi neolitice care înfățișează oameni în diverse posturi subacvatic. Arheologii au datat execuția lucrării de artă cu 10.000 de ani în urmă. La vremea descoperirii făcute de Almásy, ideea că Sahara nu ar fi fost dintotdeauna un deșert era curată erezie. Existau unele teorii privind schimbări climatice care ar fi putut explica transformarea unui mediu specific climei temperate într-un deșert super-arid și pustiu, însă acestea erau atât de noi încât se spune că editorul cărții lui Almásy, *The Unknown Sahara (1934)*, s-a simțit obligat să introducă note de subsol în care își manifesta dezacordul. Picturile l-au convins însă pe Almásy că apa ar fi putut exista în mod natural în apropierea grotii, că picturile fuseseră executate chiar de către înotători, că apa unui lac le scălda gleznele în momentul în care pictau. Acolo unde acum este o mare de nisip, cândva curgea apa. În vreme ce starea lichidă e viață, cea granulară și uscată poate părea exact opusul, gândea el, însă cele două erau, cu siguranță, interconectate.

S-a dovedit, firește, că Almásy avea dreptate. După zeci de ani, arheologii aveau să descopere funduri de lac uscate, nu departe de grotă, datând dintr-o vreme în care Sahara era verde. Răspunsul lui Almásy la enigma înotătorilor din deșert avea să fie în cele din urmă confirmat de o abundență remarcabilă de dovezi geologice care indică un teren cândva presărat cu lacuri preistorice, precum și uimitoarea descoperire a unor oase de

hipopotam și a rămășițelor multor altor animale acvatice, inclusiv țestoase uriașe, pești și scoici. Respectiva perioadă bogată în ape a căpătat denumirea de Sahara Verde.

Nu demult, am citit într-o ediție mai veche a *National Geographic* despre un paleontolog pe nume Paul Sereno, care a confirmat și el intuiția lui Almásy. În toamna anului 2000, Sereno căuta oase de dinozaur într-o altă regiune a limitei sudice a Saharei, în conflictualul și puțin exploratul Niger. În plin deșert, cam la 200 de kilometri de principalul oraș al țării, Agadez, un fotograf membru al expediției s-a cățărat pe o grupare îndepărtată de dune și s-a poticnit într-un tezaur uimitor de schelete. De data aceasta, oasele nu erau de dinozaur sau de hipopotam.

020 Acele dune de nisip erodate și măturate de vânt au dezvăluit ceea ce s-a dovedit a fi sute de rămășițe omenești, amestecate cu fragmente ceramice preistorice vechi de până la 10.000 de ani. Unele piese ceramice erau gravate cu linii vălurite, altele cu puncte. Mormântul, pe care oamenii de știință l-au denumit Gobero, numele tuareg al zonei, era cel mai mare și mai vechi cimitir al Epocii de Piatră descoperit până la acea dată. Se pare că Sahara Verde era exact locul potrivit pentru înotători preistorici.

Într-o după-amiază geroasă de ianuarie m-am întâlnit cu Paul Sereno la laboratorul său de fosile din cadrul Universității din Chicago, unde era profesor de peste treizeci de ani. Nu există prea multe date științifice despre înotul practicat în Epoca de Piatră, așa că doream să mă ajute să încropesc o imagine a acelei lumi preistorice. Sereno nu prea se omoară cu înotul, dar s-a gândit multă vreme la abilitățile de înotători ale dinozaurilor și oamenilor (este unul dintre savanții ale căror cercetări au stabilit că primul dinozaur înotător cunoscut a fost *Spinosaurus aegyptiacus*). Are ceva din Indiana Jones - geacă de piele, entuziasm fără astâmpăr și a figurat cândva printre cei *50 Most Beautiful People* ai revistei *People*.