

Buitis, darbai, tarptautiniai projektai, iššūkiai, sportas...sportas? Taip, sportas, daug sporto, išvalančio mintis ir suteikiančio stiprybės ne tik kūnui, bet ir protui, padedančio įveikti šių dienų beprotiškai greitą gyvenimo ritmą. Tai ne tik įkvepiantys žodžiai, bet ir tikra realybė, kurioje kasdien sukasielijus Čivilis – žmogus, spėjantis ir vadovauti „Investuok Lietuvoje“, ir kasdien minti dviratį ar net įveikti 1000 km be sustojimo per 50 val. tarptautinio lygio varžybose Afrikoje bei jas...laimėti.

Kodėl dviračiai ir kaip juos suderinti su kitomis veiklomis?

E. Čivilio nuomone, sportas ne atsiranda, o yra kiekvieno žmogaus gyvenimo dalis, tereikia suvokti, kodėl žmogus renkasi sportuoti, ką renkasi ir kaip tą daro. Jis pats sakosi dviračius pasirinkęs dėl itin svarbių dviratizmo sudedamųjų dalių: supančios gamtos, nuolatinio judėjimo, vidinės būsenos ir kt. „Man dviratis tėra instrumentas, kuris atitiko mano supratimą, kas yra sportas, sritis, kurioje aš *užsikabinau*. Pats dviratis man tėra inventorių, kurio techninių galimybių stipriai nesureikšminu. Būtent važiavimas juo suteikia tai, ko man labiausiai reikia,“ – sako Elijus.

Tiesa, dviratizmą kaip savo sportą Elijus sako atradęs ne iškart: tekę bandyti įvairių sporto rūšių, kol vieną dieną paskatintas bičiulio dviratininko, sėdęs minti ir supratęs, kad būtent dviračiai yra *jo* sportas.

„Nemanau, kad esu išskirtinis. Juk yra daug žmonių, gebančių žongliruoti visomis savo rolėmis. Derinimas vyksta derinimo būdu. Tai tėra prioritetų klausimas. Kartais tiesiog nedarai neprioritetinių dalykų“, – sako jis. Elijus pripažįsta, kad artimiausiai aplinkai ne visada patinka jo išsikelti prioritetai, kartais dėl rytinės treniruotės tenka paaukoti išvakarėse vykstantį draugo gimtadienį ar profesinės veiklos susitikimą. „Kartais girdžiu piktinantis: kaip tu gali taip imti ir nuspręsti, kas yra svarbu? Nėra tokio dalyko, kaip objektyvi tiesa. Yra mano pasirinkimai ir kaina, kuria pats ir susimoku.“, – savo gyvenimo filosofija savaitgalį, Vilniuje, vykusiame „Spicy Drills & Talks“ renginyje dalinosi Elijus.

Šio renginio iniciatorė, olimpietė bėgikė, šalies rekordininkė Eglė Balčiūnaitė, šviežiai pristačiusi „Spicy Drills & Talks“ renginių ciklą aktyviems miestiečiams, sako, kad „sveika visuomenė – stipri visuomenė. Žmogus, kuris stengiasi rūpintis savo kūnu ir emocija sveikata yra atsparesnis *negatyvams*, iššūkiams, yra produktyvesnis, lengviau juda į priekį. Tokių žmonių gausioje visuomenėje gali klestėti kiekvienas. O sportas yra įrankis, kuriuo galima pasigerinti savo gyvenimo kokybę“. To ir siekiama šiais renginiais – aktyviausią ir užimčiausią visuomenės dalį paskatinti judėti net ir tada, kai laiko sportui, atrodo, nebelieka.

Sportas neturi tapti tikslu: tai sveikos gyvensenos ir higienos dalis

Pasak E. Balčiūnaitės pašnekovo E. Čivilio, sportas yra mūsų dalis, kiekvienas iš mūsų sportuojame, judame, tik ne visi suprantame, kad tai darome. „Sportuojančių, įvairias sporto šakas bandančių žmonių yra labai daug, tačiau svarbu sąmoningai suvokti, kodėl yra sportuojama, apie tai kalbėtis. Būtent nuo kalbų apie sportą ir pradedama formuoti sveikai ir sportiškai gyvenančios visuomenės kultūra,“ – tokio tipo renginių poreikį pabrėžia E. Čivilis.

E. Čivilis sako, kad apie sportą ne tik kalbėtis, bet ir mąstyti reikėtų kaip apie savitikslių procesą, neieškoti logikos ir nesusitelkti į sportą kaip tikslo siekimo būdą. „Kol esi vaikas, jaunas, viską bandai, atrandi ne todėl, kad kas nors liepia, ne sąmoningai, ne pasiduodamas madai ar kokiai nors įtakai, o todėl, kad tau tinka ir patinka. Dažnai pervertiname logikos, materialaus pasaulio svarbą, neva logika mums leidžia priimti teisingus sprendimus. Iš tiesų, kartais logika mus nukreipia ne ta linkme. Tad linkėčiau ir suaugusiems kartais pabūti vaikais ir ne viską vertinti per kognityvinį pasaulį“, – apmąstymais dalinasi E. Čivilis.

Dėl šių priežasčių pašnekovas siūlo savo sportą atrasti ne braižant schemas ir ieškant tikslų, o atsakant sau į klausimus, ko žmogui reikia, kad jis jaustųsi gerai – tik taip žmogus gali suprasti, koks jis, kas jis yra. „Kartais tikslų nereikia. Sportas yra mano gyvenimo palydovas. Sportuoju taip pat intuityviai, kaip ir ryte atsikėlęs valausi dantis. Koks tikslas valyti dantis? Palaikyti higieną. Sportuodamas tu palaikai tiek kūno, tiek mentalinę higieną. Juk kartais tikslas paslepia esmę. Tikslas tampa esme, nors jis toks nėra – tai tėra pasekmė visko, ką iki to padarai,“ – priduria jis.

E. Čivilis taip pat pabrėžia, kad sportas neturėtų būti kieno nors primesta veikla, todėl pats savo hobiu nesistengia *užkrėsti* kitų. „Tai būtų apgavystė. Kiekvienas turi pats nuspręsti, ką nori daryti. Labiau nei įkvėpti minti ar kitaip sportuoti noriu įkvėpti žmones suprasti: tu pats gali susikurti savo gyvenimo turinį – per tavo asmenybę formuojančias patirtis, įvykius. Sportas, kaip ir sėkmė ar nesėkmė bet kurioje veikloje, gali padėti kurti įvykius. Kuo daugiau įvykių, tuo geriau auga asmenybė, bręsta savęs ir supančio pasaulio suvokimas“, – sako jis.

Kodėl 1000 km?

E. Čivilis sako, kad vieno didžiausių pasiekimų – dalyvavimo 1000 km lenktynėse ir pergalės jose – priešistorė nėra itin *romantiška*. Ilgą laiką gyvenęs ciklišką dviratininko gyvenimą – sportavęs šiltuoju metų laiku ir žiemomis laukdavęs aktyvaus sezono – jis sumastė to cikliškumo išvengti. „Sugalvojau daryti nuotykius vidury žiemos, kai Lietuvoje, Europoje niekas nevyksta: praeitamet tai buvo Ruanda, šiemet – Marokas“, – pasakoja Elijus. Jis

teigia, kad varžybos sausio–vasario mėnesiais įkvepia nesustoti, ruoštis, suteikia jėgų atsikelti rytais, treniruotis, vėl ir vėl pajusti laisvę.

Jis sako, kad tiek dviračiu važiuoti, tiek dirbti savo mėgstamą darbą yra jo laisvė, jis tą daro, nes jam patinka tą daryti. „Laisvė man yra didžiausia vertybė. Kiekvienas esame laisvas rinktis, kaip nugyventi savo gyvenimą. Tereikia suprasti, kas tau patinka ir tą daryti“, – sako Elijus.

Paklaustas, ar dabartinis jo gyvenimas, turima laisvė, susikurtas darbo ir laisvalaikio balansas jį tenkina, E. Čivilis sako, kad žmogaus prigimtis diktuoja norėti vis daugiau. „Žmogaus prigimtis yra tragiška: jis negali gimti ir būti patenkintas tuo, ką turi. Visą laiką reikia kažko stipriau, labiau ir pan. Nebūtinai tai, ką esu susikūręs, galima vadinti balansu: žiūriu į savo draugus, kurie keliauja po pasaulį, nuolat patiria ką nors naujo, kurie galbūt susikuria dar daugiau jų asmenybes išpildančių įvykių nei aš“, – samprotauja Elijus ir primena ne tikėti, kad kas nors kitas gyvena geriau, ne pavydėti, o imti ir daryti pačiam visa, kas tik domina, išbandyti naujas veiklas naudojantis laisvės duotybe.

„Neturiu tiek raudonųjų kraujo kūnelių, kad galėčiau būti geras bėgikas, nėra manyje tiek sprogstamosios jėgos, kad laimėčiau sprintus. Tai tam tikros mano traumos. Nors ir labai nori tam tikroje srityje tapti profesionalu, bet negali to padaryti, nes esi nepakankamai geras. Ką su tuo daryti? Gali depresuoti, nusiplakti, bet kas iš to? Juk niekas nėra tobulas – nei tu, nei tavo aplinka ar draugai. Ir ta netobulybė yra tikrasis grožis“, – kalbėjo E. Čivilis, pirmajame „Spicy Drills & Talks“ ir draugų „Arimex“ bei „Aprèsport“ organizuotame nemokamame pokalbių ir sporto renginyje, kurį šeštadienio rytą aplankė beveik pusšimtis sostinės sporto entuziastų.

Ultra dviratininkas E. Čivilis renginio dalyvius skatino nenusiminti dėl nesėkmių ar traumų, džiaugtis savo unikalumu ir tiesiog judėti į priekį.

