



GAZETA miesięcznik  
GDAŃSKIEGO UNIWERSYTETU MEDYCZNEGO

ISSN 1506-9745

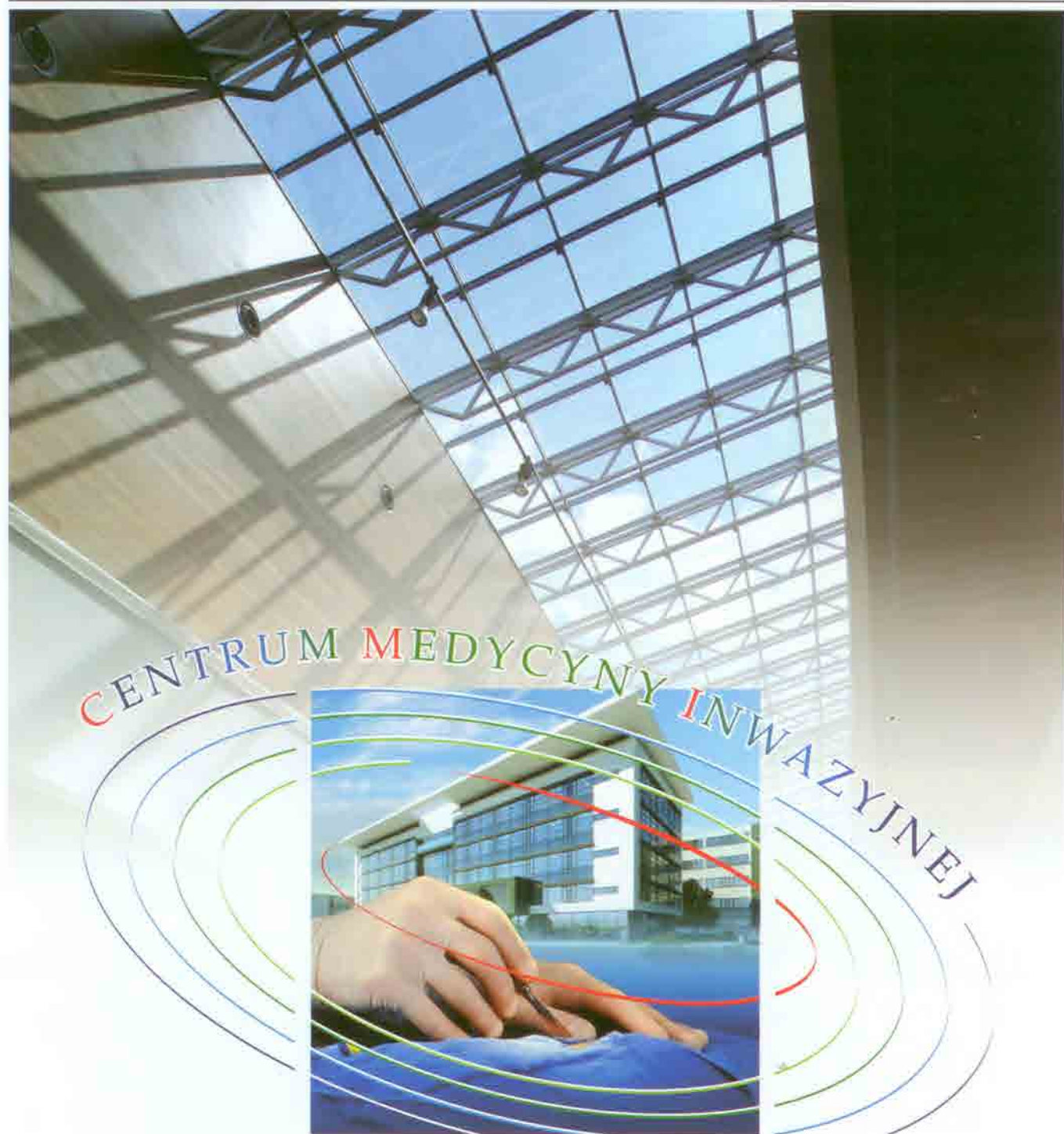


AMG

Rok 21

Wrzesień 2011

nr 8-9 (248-249)



ZAKOŃCZENIE BUDOWY

Z cyklu: Niezwykłe losy naszych absolwentów

## Warto przez chwilę poczuć się Bogiem

Z Robertem Szymczakiem o pasjach nie tylko wysokogórskich rozmawia Joanna Śliwińska

Doktor nauk medycznych, lekarz, specjalista medycyny ratunkowej, zdobywca ośmiotysięczników, uczestnik wieku wypraw wysokogórskich... Za akcję ratunkową hiszpańskiego himalaisty Inakiego Ochoa de Olza na Annapurnie w 2008 r. został odznaczony złotym medalem za zasługi dla sportu Medalla al Merito Deportivo od hiszpańskiego miasta Navarra. Prowadzi kursy wysokogórskiej pierwszej pomocy, aktywnie uczestniczy w programie *Polski Himalaizm Zimowy 2010-2015*, jest członkiem kadry narodowej w himalaizmie, pisze artykuły do magazynu *Góry*, prowadzi stronę [www.mede Everest.pl](http://www.mede Everest.pl), na której popularyzuje bezpieczne wspinanie się. Umówienie się z nim, choć na krótką rozmowę, do łatwych zadań nie należało, jednak warto było czekać.

**„Jeden z najbardziej obiecujących młodych polskich himalaistów”, „Szaman wysokiej góry”, „powinien być traktowany jak bohater” – to tylko niektóre z tytułów prasowych na Twój temat. A tak właściwie dlaczego się wspinasz?**

Głównie dla sławy i kobiet (śmiech). Dla przygody odkrywania tego, co jeszcze nieodkryte i niezdojane – dla zapisywania himalajskich białych plam. Jeszcze cztery ośmiotysięczniki czekają na pierwszego zimowego zdobywcę. Dla wyczynu sportowego i tego krótkiego uczucia, kiedy właśnie niebezpieczeństwo przeszło koło nosa. Wtedy człowiek tapie oddech i zaczyna się śmiać. Cieszy się, że jednak żyje. Dla tego uczucia, kiedy schodzi się do bazy po zdobyciu szczytu i człowiek czuje się, jak po znalezieniu siebie na liście tych, którzy dostali się na medycynę. Podobne uczucie. Trwa co prawda 3 dni, ale warto przez chwilę poczuć się Bogiem, że mogę wszystko.

**A kiedy szczytów nie udaje się zdobyć? Przecież i tak bywa.**

Wtedy włączają się psychologiczne mechanizmy wyparcia porażki. Gdy nie wejdzie się na szczyt, trzeba mieć czyste sumienie, że zrobiło się wszystko, żeby go zdobyć. Trzeba mieć poczucie, że uczciwie pracowało się na sukces, a wina leży po stronie pogody, zbyt niebezpiecznej drogi... Ja do tej pory wyjeżdżałem zawsze z czystym sumieniem, nie miałem sobie za dużo do zarzucenia. Trzeba umieć przegrywać, również w tym sporcie.

**I to wystarczy?**

Na wyprawach, na których byłem, nie było na szczęście takiej sytuacji, by ktoś z zespołu nie wrócił. Jako lekarz zawsze mogę czerpać satysfakcję z udanego zabezpieczenia medycznego. Prowadzę również badania praktyczno-naukowe. Mimo porażki na górze, mam więc małe sukcesy naukowe i medyczne. To pozwala przetrwać i zapomnieć o tym, że jednak góry się „nie zafoiło”.

**Co było pierwsze – medycyna czy góry?**

Medycyna, zacząłem się wspiąć dopiero na studiach. Wyprawy wysokogórskie są w moim przypadku kontynuacją eskapad autostopowych jeszcze z czasów licealnych. To były pierwsze, młodzieńcze przygody. Podróżowaliśmy tam, gdzie nas oczy niosły i do czasu aż w kieszeni była jednocyfrowa liczba dolarów. Jak kończyła się droga, to była już tylko albo pustynia, albo morze, albo góry.

**To miałeś do wyboru jeszcze dwie inne opcje, a do morza nawet bliżej.**

Etap żeglarstwa, zakończony patentem sternika, mam już za sobą. Morze jednak mnie nie pochłonęło. Może dlatego że morze jest blisko, a człowieka ciągnie tam, gdzie ma daleko.

**W takim razie pustynia...**

Mimo wszystko bardziej podobał mi się Tomek na tropach Yeti niż Staś i Nel z *W pustyni i w puszczy*, ale nie przesądzam o tym, że zawsze będą góry i tylko góry.

**Tvoja pierwsza duża wyprawa to...**

Wyprawa do Kirgistanu na Pik Lenina w Pamirze i Chan Tengri w Tien Szanie w 2005 roku. Do Klubu Wysokogórskiego Trójmiasto przyszedł e-mail od alpinisty z Krakowa, szukającego chętnych do udziału w wyprawie naukowej do Kirgistanu. W 2004 roku byłem w Chinach i Tybecie na Kongresie Medycyny Wysokogórskiej i tam postanowiłem, że warto naukowo zająć się tym tematem. Ten e-mail był tym, na który czekałem. Zgłosiło się jeszcze dwóch chętnych i w czwórkę pojechaliśmy do Kirgistanu. Zdobyliśmy Lenina, na Chana wszedł tylko jeden z nas. Pik Lenina to siedmiotysięcznik, ma 7134 m, więc niezła wyprawa. Góra może nie jest trudna technicznie, ale jest wymagająca wytrzymałościowo, a na wysokości ponad 6500 m ciągnie się długa kilkukilometrowa grań.

**Pierwsza wyprawa i od razu siedmiotysięcznik... Co się wtedy czuje?**

Satysfakcję. U mnie była to głównie ciekawość, jak zareaguje mój organizm, choć w górach i na wysokości byłem już wcześniej. Pierwszy kontakt z górami wysokimi – Himalaje – miałem po 3 roku studiów, podczas wakacyjnych praktyk IFM-SA w Nepalu. Z praktyk co prawda nic nie wyszło, bo okazało się, że są płatne, ale poszliśmy w góry dookoła Annapurny. Wszedłem na przełęcz na 5416 m. Tam narodził się bakcyl górski. Potem było nieudane wejście na Mont Blanc. Pięć dni spędzonych na 4360 m, zakończonych akcją ratunkową. Tam narodził się bakcyl medycyny ratunkowej.

**I Annapurna przyniosła później sławę.**

To nie była łatwa akcja ratunkowa. Pewnie żadna taka nie jest.

**Ale głośno się o Tobie zrobiło... Jedno mnie wciąż zastanawia. Mówiłeś, że kierowała Tobą ciekawość jak zareaguje Twój organizm itd. A tak czysto po ludzku, człowiek przed wyprawą albo w jej trakcie nie boi się? Pewności nigdy się nie ma czy dojdiesz, ale i czy wrócisz...**

Gdybym się panicznie bał, że zaraz spadnie na mnie kamień albo kawał lodu, to bym w żadne góry się nie wybierał. Zdaję sobie sprawę z tego, że góry są niebezpieczne i nie wszystko w nich ode mnie zależy. Oczywiście w trakcie wspinaczki są momenty, kiedy człowiek się boi, ale przeżywanie kolejnej przygody, obcowanie z przyrodą to kompensują. Dla mnie wyprawy



Robert Szymczak – ur. 30 października 1977 r. Doktor nauk medycznych, lekarz (od 2003 r.), specjalista medycyny ratunkowej (od 2009 r.) i starszy ratownik sekcji wysokościowej Grupy Ratownictwa Specjalnego PCK Gdańsk. Pracuje w Katedrze i Klinice Medycyny Ratunkowej Gdańskiego Uniwersytetu Medycznego, Pogotowiu Ratunkowym oraz Lotniczym Pogotowiu Ratunkowym w Gdańsku. Jest instruktorem Europejskiej Rady Resuscytacji. Członek kadry narodowej w himalaizmie, komisji medycznej Polskiego Związku Alpinizmu oraz Międzynarodowego Towarzystwa Medycyny Górskiej ISMM. Lekarz narodowych wypraw wysokogórskich. Uczestniczył w pięciu wyprawach na ośmiotysięczniki, w tym trzech w sezonie zimowym. Zdobył dwa szczyty – Dhaulagiri i Nanga Parbat. Autor strony internetowej [www.medeveryest.pl](http://www.medeveryest.pl), cyklu artykułów *Poradnik Szamana Wysokogórskiego* oraz *Szamańskie Wersety* w magazynie *Góry* oraz tłumaczenia książki *Podróżowanie po górach wysokich*. Prowadzi badania naukowe dotyczące zmian wybranych parametrów organizmu człowieka w warunkach wysokogórskich. Brał udział w międzynarodowych wysokogórskich projektach badawczych.

to też utrzymywanie formy, możliwość sprawdzania się sportowo nawet do pięćdziesiątki, a jak dobrze pójdzie sześćdziesiątki, bo w takim wieku mam niektórych kolegów.

**Czy z tym można skończyć? Czy za 5, 10, ... 20 lat nadal widzisz tam dla siebie miejsce?**

Już w tym roku po zimowej wyprawie miałem takie myśli, że mam już trochę dość. Sporo już w górach przeżyłem, zdobyłem dwa ośmiotysięczniki, byłem na trzech wyprawach zimowych. Znam od podszewki życie w bazie i potrafię przeżyć trzy miesiące zimą na 5000 metrach.

**Ale...**

Ale rodzi się nowe pokolenie młodych wilków, himalaistów w wieku między 20 a 30 lat i nie można ich zostawić na pastwę losu.

**A więc masz misję.**

Artur Hajzer stworzył program *Polski Himalaizm Zimowy*. Jego celem jest utworzenie nowego pokolenia, zespołu, który będzie w stanie zmierzyć się z czterema pozostałymi, niezdo- bytymi ośmiotysięcznikami zimą. Z Hajzerem jeżdżę na wyprawę od 2006 roku, mam też swój udział w projekcie. To on namówił mnie na kolejną wyprawę argumentem, bym ducha w narodzie nie gasił. No i pewnie pojadę. Trochę z obowiązku, bo ostatnia zima ostro dała mi w kość, głównie fizycznie.

**A psychicznie?**

„Psychę” trzeba mieć, by chodzić po górach. To głowa decyduje ostatecznie czy się wejdzie, czy nie. Psychikę trenuje się jeżdżąc na wyprawy i doświadczając coraz to nowych sytuacji, nieplanowanych biwaków, braku gazu, jedzenia. Człowiek przyzwyczaja się do warunków ekstremalnych i kolejnym razem już nie stanowią one dla niego większego problemu, bo wie, że można w takich warunkach przeżyć. Moja „psycha” po ostatniej wyprawie jest dużo bogatsza, a przez to mocniejsza.

**Zatem wracając do mojego pytania, da się z tym skończyć? Czy te kolejne plany, dopisywane do nich ideologie są po to, by nadal w tym trwać. Wyobrażasz sobie swoje życie bez wyjazdów, takie normalne, zwyczajnie monotonne.**

Życie bez wyjazdów nie musi być wcale monotonne. Jest wiele światów do odkrycia, niekoniecznie kilka tysięcy kilometrów od domu. Góry są jednym z nich. Nie czuję tego, by zawładnęły całym moim światem. Między wyjazdami moje życie jest normalne.

**Następny kierunek to...**

Jesienią jest wyprawa na Makalu w Nepalu. Wysoki ośmiotysięcznik, bo ma aż 8462 m i jest piątym co do wysokości. Wchodzenie tam bez tlenu to będzie wyczyn, ale i niebezpieczeństwo.

**Jak się odreagowuje po takim wysiłku?**

Kapcie, piwo i trzy sezony *Ostrego dyżuru* na dvd.

**i Mnóstwo Koni...**

Już od roku nie mieliśmy próby niestety – perkusista się rozchorował, basista ma drugie dziecko i odpowiedzialną pracę, wokalista zaś musi dorabiać, bo ma za mało dyżurów w Klinice Pneumonologii. Jakoś nie możemy się spotkać. Pozostaje gra na wiośle w domu, ale to nie to samo. Gra w zespole, a w szczególności granie bluesa, to możliwość pełnej ekspresji i kreatywnego wyżycia się.

**Odpowiedzialną pracę... a lekarz to niepoważny zawód?**

Lekarz to najlepszy zawód na świecie. Twoją pracą jest bycie dobrym człowiekiem. Podoba mi się to. Lepsze może być tylko bycie szoferem własnej żony albo gwiazdą rocka w Stanach Zjednoczonych w latach 70. (patrz: Jimi Hendrix).

**Czego Cię nauczyły te wszystkie wyprawy? Jaką wiedzę o sobie z tych lekcji wyniosłeś?**

Tego, że trzeba „podążać za swoją legendą”. Nie ma co odkładać marzeń na później, tylko od razu zacząć je realizować. Życie mija i można się obudzić w fotelu, z pilotem w rękę, gdy na realizację planów z młodości będzie już za późno. Warto robić to, co się kocha. Nie wolno marnować czasu na działania, które nie przynoszą nam satysfakcji. Życie ma sens, gdy żyje się ideałami. Należy bronić się przed tym, by z młodego gniewnego nie zamienić się w zgorzkniałego starca. Wyprawy pozwoliły mi zasmakować życia wiszącego na włosku i strachu przed śmiercią. To pomaga mi do wielu spraw podchodzić z dużym dystansem. Wyprawy wzmocniły wiarę w siebie i w to, że tylko od nas zależy, jak wygląda rzeczywistość (nawet w UCK i GUMed, choć ta wiara często wystawiana jest na próbę). Wyprawy, pobyt z grupą kilku czy kilkunastu alpinistów w warunkach niesprzyjających życiu jest testem na to jakim jesteś człowiekiem. Nie chodzi mi tu tylko o stronę zdrowia i przygotowania fizycznego – to oczywiste. Tym, co pozwala przetrwać, jest przede wszystkim psychika, nastawienie, motywacja, umiejętność zgodnego współżycia i poświęcenia się dla innych. Umiejętność przyjęcia porażki „na klątę” i zawrócenia wtedy, kiedy szczyt i stawa się za rogiem. Tego też wyprawy uczą – w codziennym życiu lekarza to bardzo przydatne.

**O czym marzy człowiek, który w życiu sięga chmur?**

Moje marzenia są bardzo ludzkie – wnuk, a może najpierw syn lub córka mówiąca: „Tato, tato opowiedz mi jeszcze raz historię o tym jak spotkałeś Yeti”.

**Udanej kolejnej wyprawy, szczęśliwych powrotów i spełnienia marzeń. Dziękuję za rozmowę.**

□