

# ΤΑΚΗΣ ΣΚΟΥΛΗΣ:

«Η καθημερινή άσκηση είναι η προσευχή μου»

Υπάρχουν μερικοί συναθλητές μας που με το ήθος, τη διάρκεια και την αγωνιστικότητά τους αποτελούν πηγή έμπνευσης για τους υπόλοιπους. Ο βετεράνος Τάκης Σκουλής έχει κερδίσει δικαιωματικά μία θέση ανάμεσά τους.

Ηρθε στο ραντεβού μας περπατώντας, αφού είχε διασχίσει ολόκληρο το Χαλάνδρι. «Αυτή θα είναι η σημερινή μου προπόνηση» μου είχε ανακοινώσει πρωτύτερα στο τηλέφωνο. «Πες μου όπου θες να βρεθούμε κι εγώ θα είμαι εκεί στην ώρα μου». Ένα μικρό πρόβλημα υγείας έχει κρατήσει τον Παναγιώτη (Τάκη) Σκουλή μακριά από το τρέξιμο τον τελευταίο καιρό, αλλά η άθληση δε σταματά να αποτελεί ένα σημαντικό και απαραίτητο τμήμα της καθημερινότητάς του. Ευκαιρία ψάχνει για να βγει από το σπίτι και να περπατήσει... ατελείωτα χιλιόμετρα. Σήμερα, στα 71 του χρόνια, ο βετεράνος αθλητής συνεχίζει να είναι ανήσυχος και ενεργητικός, και το σπτό, λιπόσαρκο παράστημά του δείχνει ότι παραμένει σε εξαιρετική φόρμα και ότι, όποτε μπορέσει, θα κάνει και πάλι δυναμικά την επιστροφή του.

Αν υπάρχει ένα μάθημα ζωής που μπορεί κανείς να αποκομίσει από αυτόν το σημαντικό βετεράνο αθλητή είναι ότι δεν πρέπει να το βάζει κάτω στην πρώτη δυσκολία. Πέρσι, στον κλασικό μαραθώνιο της Αθήνας, κατάφερε να τερματίσει παρά τις αντιξοότητες που αντιμετώπισε λόγω της λανθασμένης ροής των αθλητών στον Τύμβο (συγκρούστηκε με αθλητές που έρχονταν από την αντίθετη κατεύθυνση και έπεσε, με αποτέλεσμα να χάσει πολύτιμο χρόνο και να υποστεί σκ). «Αλλά εγώ έχω μάθει στη ζωή μου να μην εγκαταλείπω αγώνα» λέει και σχεδόν διακρύζει από τη συγκίνηση. Οι υπεύθυνοι του ΣΕΓΑΣ, αναγνωρίζοντας την ατυχή συγκυρία, τον προσκάλεσαν να συμμετάσχει τιμής ένεκεν στον επόμενο μαραθώνιο, να είναι παρών στην Αφειτηρία, στο 1ο μπλοκ αθλητών, με διακεκριμένο αριθμό, για να τρέξει και να τερματίσει στον κλασικό μαραθώνιο με μία επίδοση αντάξιά του. Μία έστω και εκ των



Ένας αθλητής με ενεργή δράση τα τελευταία 56 χρόνια που αποτελεί σήμερα μία από τις εμβληματικές μορφές για τον ελληνικό βετερανισμό

υστε-

ρων επανόρθωση της τάξης

και της δικαιοσύνης, αξίες για τις οποίες ο Τάκης Σκουλής έχει μοχθήσει σε όλη του τη ζωή.

Πρόκειται για αθλητή με ενεργή δράση τα τελευταία 56 χρόνια, που αποτελεί σήμερα μία από τις εμβληματικές μορφές για τον ελληνικό βετερανισμό. Ένας αθλητής με σημαντικές διακρίσεις όχι μόνο στην απόσταση των 10 χλμ. και του μαραθωνίου αλλά και στις υπεραποστάσεις και συγκεκριμένα στο Σπάρταθλο. Είναι ταυτόχρονα θαυμαστής του αγνού αθλητικού ιδεώδους και μαχητής της ζωής. «Στη ζωή πρέπει να είσαι ανήσυχος, ερευνητικός, φιλόδοξος και ριψοκίνδυνος», λέει. «Σκέπτομαι πάντοτε αθλητικά και στην καθημερινότητά μου εντάσσω και τις εξωαθλητικές δραστηριότητες, ώστε να είμαι πάντα σε εγρήγορση. Επιδιώκω ένα συνδυασμό σωματικής, ψυχικής και πνευματικής άσκησης» τονίζει.

Ο Τάκης Σκουλής γεννήθηκε στον Πειραιά το 1936. Το αθλητικό του ξεκίνημα το έκανε σε ηλικία 10 ετών στο Παλιόδροσο Χαλάνδριου. Υπήρξε

ιδρυτι-

κό στέλεχος και αρχηγός του

Αθλητικού Ομίλου Παλιόδροσου, που αποτέλεσε πρότυπο καθαρού, ερασιτεχνικού αθλητισμού, με αθλήματα όπως στίβος, ποδόσφαιρο, τένις, βόλεϊ, μπάσκετ, ποδηλασία, πεζοπορία κ.α. «Θυμάμαι ότι συγκεντρωθήκαμε σε ένα ξέφωτο κοντά στο ρέμα του Χαλάνδριου και ανάλογα με την εποχή του χρόνου κάναμε διάφορα αθλήματα. Τότε δεν έκανα μόνο τρέξιμο. Αλλά και αργότερα, όταν ήρθα πρώτη φορά σε επαφή με το στίβο δοκίμασα όλα τα αθλήματα πριν επικεντρωθώ στο τρέξιμο». Από το 1951 ήταν αθλητής του Πανελληνίου Γ.Σ. με διακρίσεις ως δεκαθλητής. Συνέχισε να ασχολείται με τον αθλητισμό την περίοδο των τριάντα μηνών που υπηρέτησε στο Λιμενικό Σώμα, αλλά και στα φοιτητικά του χρόνια στο Πάντειο Πανεπιστήμιο και στα Πανεπιστήμια του Κέιμπριτζ και του Λονδίνου. Στο Κέιμπριτζ έτρεξε για πρώτη φορά μαραθώνιο, από περιέργεια, και... κόλλησε το μικρόβιο!

«Αλλά πάντοτε ως ερασιτέχνης και ποτέ ως ηρω-

αθλητής, λόγω των δύσκολων μεταπολεμικών χρόνων. Πρώτευαν οι σπουδές και η επαγγελματική του σταδιοδρομία ως καθηγητής αγγλικής φιλολογίας και μεταφραστής». Στην επιτυχημένη επαγγελματική του σταδιοδρομία, υπολογίζει ότι έγραψε 400.000 διδακτικές ώρες επί 45 ολόκληρα χρόνια! Στο μεταξύ παντρεύτηκε την Κατερίνα και έκανε δύο γιούς, τον Γιώργο και τον Νίκο.

Η υπολογιστική του δεινότητα επεκτείνεται και στα αθλητικά πεπραγμένα! Μέχρι το 1976, όταν ο Τάκης Σκουλής μπήκε στην πέμπτη δεκαετία της ζωής του, υπολογίζει ότι είχε καλύψει σε αγώνες και προπονήσεις περίπου 100.000 χιλιόμετρα. Ήταν πλέον ώριμος αθλητής με μεγάλη υποδομή, έτοιμος να κάνει το άλμα προς ακόμα μεγαλύτερες αποστάσεις. Στα χρόνια που ακολούθησαν συνέχισε να συμμετέχει σε πλήθος αγώνων και να διακρίνεται στις αντίστοιχες ηλικιακές κατηγορίες. Σοβαρός και αφοσιωμένος ερασιτέχνης δρομέας, πρωταγωνιστής στο κίνημα του τζόγκινγκ που κάνει τότε την εμφάνισή του και στην Ελλάδα, αλλά και στην οργάνωση των πρώτων σωματείων βετεράνων. Ταυτόχρονα, ενεργοποιήθηκε στους συνδέσμους υπεραποστάσεων. Στα χρόνια αυτά παρουσίασε μία αθυσία επιτυχιών και διακρίσεων στους αγώνες από 5 χλμ. μέχρι και μαραθώνιο, όπου διακρίθηκε στα πανελλήνια πρωταθλήματα του ΣΕΓΑΣ, ενώ δοκίμασε και τη μοναδική εμπειρία του Σπάρταθλου. Υπολογίζει ότι στις προετοιμασίες του για το Σπάρταθλο έφτανε να τρέχει μέχρι και 250 χιλιόμετρα την εβδομάδα! Συνολικά, το αθλητικό παλμπρέ του έχει να επιδείξει συμμετοχή σε 70 επίσημους μαραθωνίους, 40 επίσημους υπεραποστάσιους, 5 συνεχόμενους αγώνες Σπάρταθλου (αρχής γενομένης από την πρώτη κιόλας διοργάνωση του 1983) κ.α. Υπολογίζει ότι τη δεύτερη αυτή περίοδο της ενσασόλησής του με το τρέξιμο (από το 1976 μέχρι σήμερα) κάλυψε περίπου 150.000 χιλιόμετρα σε αγώνες και προπονήσεις, ένας εντυπωσιακός αριθμός.

Αξίζει να κάνουμε μία ειδική μνησία στην αναβίωση του Φειδιππίδου Άθλου, που πρώτος κατόρθωσε

στις 24-28 Αυγούστου 1982, σε ηλικία 56 ετών. «Το αποκορύφωμα της αθλητικής μου πορείας ήταν η αναβίωση του Φειδιππίδου Άθλου (Αθήνα-Σπάρτη-Αθήνα), για πρώτη φορά στην ιστορία ύστερα από 2482 χρόνια» λέει ο ίδιος. «Έτρεξα 480 χλμ. στη σωστή διαδρομή, η οποία δεν περνάει από την Αργολίδα, στη σωστή εποχή του χρόνου, και όχι τέλος Σεπτεμβρίου με τις δροσιές, και με το σωστό τρόπο» σημειώνει. Δηλαδή, έκανα αγώνα επιβίωσης μόλις μου, με ένα μόνο σασκίδιο στην πλάτη, με 40 βαθμούς Κελσίου και χωρίς υποστήριξη, με την υψηλή εποπτεία του Εθν. Κέντρου Αθλητικών Ερευνών

και ομάδας υπαλλήλων του Υπουργείου Δημ. Έργων, οι οποίοι ήταν μάρτυρες για το αξιόπιστο του εγχειρήματος». Και εκεί, για άλλη μία φορά κατάφερε να ξεπεράσει κάθε δυσκολία και να πετύχει το δύσκολο, σχεδόν υπεράνθρωπο εγχείρημά του.

Ο Τάκης Σκουλής είναι ακόμα και σήμερα κάτοχος Πανελληνίων ρεκόρ βετεράνων στα 5 χλμ., 10 χλμ. και στο Μαραθώνιο, σε διάφορες κατηγορίες. Για παράδειγμα, το 1986, έτρεξε το μαραθώνιο του Σίδνεϊ σε 2 ώρες 43 λεπτά, που ακόμα και σήμερα δεν έχει καταρριφθεί από κανέναν αθλητή της κατηγορίας 50-54 ετών στην Ελλάδα. Το ίδιο ισχύει και για την επίδοσή του στα 10 χλμ. στο Πανελλήνιο Πρωτάθλημα Βετεράνων το 1987 (35 λεπτά 13 δευτερόλεπτα). Συνοπτικά αναφέρουμε τις πρώτες θέσεις στην κατηγορία του σε διάφορους επίσημους μαραθωνίους: Αθήνα - 19 πρωτιές, Ρόδος - 10 πρωτιές, Θεσπικία - 4 πρωτιές, Δράμα - 4 πρωτιές κ.α. Στο εξωτερικό έχει έρθει πρώτος στην κατηγορία του στο μαραθώνιο της Σεούλ, του Σίδνεϊ (2 φορές), του Χιούστον, του Περθ (2 φορές). Ήταν 5ος στο Πανερωπαϊκό Βετεράνων στη Βερόνα, και 7ος στο Παγκόσμιο Βετεράνων στο Τουρκου της Φιλανδίας. Ήταν επίσης 1ος στην κατηγορία 40+ στον αγώνα 100 χλμ. στη Φλάνδρα του Βελγίου ενώ έχει συμμετάσχει σε αγώνα 220

χλμ.

στην Αυστραλία. Επίσης, έτρεξε από την Ολυμπία μέχρι την Αθήνα (απόσταση 330 χλμ.) υπέρ των σκοπών της Unicef και της Unesco, για τους πεινασμένους λαούς της Αφρικής.

Η άσκηση και ο αθλητισμός θα είναι για πολύ καιρό ακόμα σταθερές αξίες στη ζωή του Τάκη Σκουλή, μια και είναι συνώνυμες με την καθημερινότητά του. «Η καθημερινή προπόνηση ήταν και είναι το απαραίτητο συστατικό της ζωής μου. Γυμνάζομαι, ασκούμαι σχεδόν επί 365 μέρες το χρόνο. Κι αυτό επί 60 χρόνια ανελλιπώς! Η καθημερινή άσκηση είναι η προσευχή μου. Η σωματική, αλλά ταυτόχρονα και ψυχοπνευματική άσκηση είναι το ελιξήριο της ζωής. Αλλά για να επιτύχει κανείς απαιτούνται επίσης: πίστη και βαθιά προσήλωση στις αξίες και στα ιδανικά, τιμιότητα, εγκράτεια, ηθική, δικαιοσύνη, ταπεινοφροσύνη, απλότητα, αυτοεξοργισμός, αυτοέλεγχος, σεμνότητα, αλτρουισμός, αξιοπρέπεια, και... αγώνας, αγώνας, αγώνας!» Αυτή είναι η συνταγή για την επιτυχία, δια χειρός Τάκη Σκουλή. ●



«Η καθημερινή προπόνηση ήταν και είναι το στατικό της ζωής μου. Γυμνάζομαι, ασκούμαι σχεδόν επί 365 ημέρες το χρόνο και αυτό επί 60 χρόνια ανελλιπώς»