

Сандра С. Раденовић¹
Универзитет у Београду
Факултет спорта и физичког васпитања
Београд (Србија)
Никола В. Мијатов²
Институт за савремену историју
Београд (Србија)

УДК 316.74:796/799
796.422.16:316.728
796.422.16:316.752(497.11)
Прећледни научни рад
Примљен 11/02/2019
Измењен 28/03/2019
Прихваћен 28/03/2019
[doi: 10.5937/socpreg53-20429](https://doi.org/10.5937/socpreg53-20429)

ЗДРАВ СТИЛ ЖИВОТА И БЕОГРАДСКИ МАРАТОН: РЕКРЕАТИВЦИ ИЛИ ФАНАТИЦИ?³

Сажетак: Циљ рада јесте преиспитивање схватања маратона као спортско-рекреативне активности која претпоставља здрав стил живота. Кроз теоријски концепт ескапизма на примеру Београдског маратона, аутобиографске књиге рекреативне маратонке и аутобиографских записа рекреативних тркача, разматра се рекреативно бављење маратоном као својеврсни бег од проблема свакодневице који завршава у одређеном облику фанатизма. Фанатизам испољен у императиву успеха наметнут кроз обавезни завршетак трке мења приступ једној рекреативној активности чији је циљ, између осталог, побољшање и неговање здравља. У друштвеном контексту неолиберализма овај (само)наметнути императив неретко води управо у смеру нарушавања здравља зарад сопственог испуњења.

Кључне речи: маратон, здравље, ескапизам, рекреативци, фанатици

1. Увод: Маратон и здрави стилови живота

Маратон је једна од најстаријих олимпијских дисциплина. Сматра се да ју је основао Филипидес (*Filipides*) и то после битке на Маратонском пољу 490. пре н. е. када је претрчао 38 километара да би пренео Атињанима вест о победи над Персијанцима. Према легенди, пошто је обзнанио вест умро је од исцрпљености (Gutos, 2017, str. 41, 161-162). Херодот (*Heródoto*) као најпоузданији извор из тог времена Филипидеса у контексту Маратонске битке не помиње, па се читав догађај налази између историје и мита (*Herodotus History*, 2009, str. 273-274). Ипак, маратон је уврштен у античку Олимпијаду, а касније је постао и једна од дисциплина мо-

¹ sandra.radenovic@hotmail.com

² nikolamijatov@gmail.com

³ Рад је резултат рада аутора у оквиру пројекта ИИИИ 41004 (Ретке болести) – на коме је ангажована као истраживач Сандра Раденовић и пројекта ИИИИ 47030 (Конфликти и кризе – сарадња и развој у Србији и региону у 19. и 20 веку) – на коме је истраживач Никола Мијатов, које финансира Министарство просвете, науке и технолошког развоја Републике Србије.

дernih Олимпијских игара. Зато представља једну од најпрепознатљивијих спона између модерних и античких игара.

Београдски маратон настао је 1988. године, на иницијативу чувеног српског новинара Ђорђа Ђока Вјештице, уредника и једног од оснивача Радија „Студио Б”. Први Београдски маратон истрчан је 8. маја те године у оквиру прославе Дана победе, 9. маја (Јуhas & Репић-Џијић, 2016, стр. 45). Од тада се одржава сваке године, прерастао је у засебну манифестацију и постао један од знаменитијих догађаја у Београду. Београдски маратон окупља на хиљаде маратонаца којима је ова трка саставни део стила живота.

Стилови живота јесу релативно кохерентни скупови материјалних и симболичких пракси у свакодневном животу – обрасци понашања у потрошњи, употреби ресурса, међуљудској интеракцији и самоизражавању – који се кристалишу у диференцијалне конфигурације културног идентитета појединаца, породица и група. Појединац је данас у положају да властити идентитет сам/сама гради, бирајући одређени стил живота и материјализујући га у различитим областима живота: начину исхране, креирању свог изгледа, бављењу различитим спортско-рекреативним активностима, бризи према телу, уређењу кућног ентеријера и животног простора, начину на који проводи слободно време, облицима друштвености, интимним односима, културној потрошњи (Spasić, 2007, стр. 593-594). Бављење одређеним спортско-рекреативним активностима одликује такозване здраве стилове живота, те би учествовање у маратонима био пример упражњавања здравог стила живота. Здрав стил живота јесте концепт у уској вези са здравственим понашањем. Здравствено понашање се односи на различите људске активности које су у вези са унапређивањем здравља, превенцијом болести, поступцима дијагностицирања и лечења болести, коришћењем здравствене заштите, рехабилитацијом итд. Главни облици здравственог понашања јесу позитивно (било која активност којом унапређујемо здравље) и превентивно здравствено понашање (активности усмерене ка превенцији или раном откривању болести када осетимо да смо здравствено угрожени) (Turza, 2005, стр. 113). Концепти здравог стила живота и здравственог понашања јесу у вези са концептом квалитета живота. Како упућује Калман (*Calman*) (Calman, 1984), квалитет живота јесте концепт који се тешко може дефинисати и измерити. Овај аутор, онколог који се, поред осталог, бавио истраживањем квалитета живота пацијената који имају канцер, уводи начин индивидуалног мерења квалитета живота сваког *sui generis* пацијента на основу јаза између нада, амбиција и снова и стварности (у датом тренутку, то јест, времену и простору) сваког пацијента, и шире, сваког појединца. У том смислу, ако одређени појединац учествује у маратону као одабраној физичкој, тачније, спортско-рекреативној активности која јесте вид здравог стила живота, те вид превентивног и позитивног здравственог понашања и која као таква унапређује квалитет живота тог појединца, може се рећи да поменуто здравствено и спортско-рекреативно понашање кореспондира са такозваном идеално-типском замисли здравља. Ова дефиниција потиче од Светске здравствене организације (СЗО) и под здрављем подразумева не само одсуство болести или изнемоглости, већ стање потпуног физичког, душевног и социјалног благостања. За разлику од неких ранијих схватања, ова дефиниција, иначе настала 1947. године, у појам здравља, поред физичког, укључује још и душевно и социјално благостање. Дефиниција претпоставља

појам здравља као идеалног стања, односно циља коме се тежи (отуда је називамо идеално-типском замисли). Критичари ове замисли и дефиниције здравља углавном наводе неке недостатке, као на пример, схватање здравља као стања, а не као процеса који имплицира промену; затим, одређивање здравља као апсолутне, а не као релативне величине која се може мерити, степеновати и рангирати; неискривање утицаја појединих (физичких, психичких, друштвених) чинилаца благостања на целокупно здравље, те неузимање у обзир односа између здравља и начина живота човека. Но, смисао и основни циљ ове дефиниције здравља, сложни су бројни социолози, јесте проширење значења самог појма здравља са медицинске на друштвену категорију, односно на квалитет човековог живљења. То практично значи да се човек може осетити и/или бити болестан и без објективних медицинских показатеља оштећења његове/њене биолошке егзистенције; поремећаји, пак, доброг осећања и благостања, односно здравља, нису увек болест у медицинском смислу (на пример, постоје индивидуе које и поред озбиљне болести живе пун живот, редовно се рекреирају, имају много пријатеља, излазе, друже се, али и појединци који и поред одсуства болести и у условима благостања живе живот озбиљног болесника итд.) (Radenović, 2017, str. 97-98). Најзад, битно је подсетити на чињеницу да је први на листи фактора који негативно утичу на здравље баш недостатак физичке активности (Giddens, 2005, str. 160; Živanić i Dikić, 2008, str. 17; Turza, 2005, str. 104). Све поменуто јасно упућује на закључак да појединци који практикују маратон као одабрани вид физичке, односно спортско-рекреативне активности воде здрав стил живота и унапређују властити квалитет живота редовном физичком активношћу која јесте вид превентивног и позитивног здравственог понашања. Ипак, сматрамо да овај закључак није неупитан, већ би требало рекреативно бављење маратоном преиспитати у кључу теорије ескапизма и кроз пример Београдског маратона, аутобиографске књиге рекреативне маратонке Саманте Гилице (Gilice, 2017) и аутобиографских записа рекреативних тркача.

2. Маратон и/или бег од реалних проблема?

Основно полазиште теорије ескапизма тиче се схватања упражњавања спортско-рекреативних активности у средњим годинама као бега од свакодневних животних проблема и социјалних изазова пре него аутентичне потребе за физичком активацијом.⁴ Тачније, основна поставка теорије ескапизма (*the theory of escapism*) претпоставља изненадну и предану спортску активацију особа средње животне доби (позних тридесетих, четрдесетих и више) која је увек повезана са изразитим професионалним односно животним проблемима, који се или не могу или не желе решавати. Теорију бисмо проширили и на друге животне доби, од раних двадесетих, са нешто другачијим животним проблемима. У том смислу спорт је савршен бег (*a perfect escape*) у нови социјални контекст, тачније, спортско-рекреативни контекст који је фундаментално (наизглед) без проблема. Теорија ескапизма кроз конкретне примере наглашава да су особе које су побегле у предано бављење спортско-

⁴ <https://www.trcanje.rs/zdravlje/bauk-eskapizma-kruzi-svetom/> приступ 25.11.2018. у 18:25.

рекреативним активностима свесне иницијалног проблема који остаје нерешен (незадовољство послом или немање посла, немогућност напредовања, задуженост кредитима, недостатак партнера, промашени брак или скуп више проблема), али у контексту преданог и опсесивног бављења спортско-рекреативним активностима, почетни, иницијални проблем може бити потпуно минимализован отварањем нових перспектива баш кроз веома успешно бављење спортом. Тиме се „рад на себи” усмерава на рад на својим физичким перформансама које своју манифестацију могу добити у виду маратона (Koprivica, 2018, стр. 363). Према теорији ескапизма, одабир спорта јесте једна од стратегија бежања од реалности баш као што је опијање алкохолним напицима или коришћење опојних супстанци, те је у том смислу зависност која се ствара од бављења спортом на сличном нивоу.⁵ То практично значи да се оригинално изабраном спорту додаје још нека спортска активност, или се примарно одабрана спортско-рекреативна активност потпуно замењује неким комплекснијим спортом који захтева више напора и више активности: са трчања се тако прелази на триатлон, на ултрамаратон или на ‘ironman’ активности. У релевантној литератури размотрено ја неколико студија случаја⁶ кроз теоријски оквир теорије ескапизма, те се закључци односе на: занемаривање и нерешавање примарног проблема који је био иницијална каписла за „бег у спорт”; на прелазак са примарно одабране спортско-рекреативне активности на комплекснији спорт попут триатлона, ултрамаратона или ‘ironman’ активности, те на отварање посве нових професионалних перспектива кроз успешно бављење спортом попут мотивационог говорништва и публицистике у вези са спортско-рекреативним активностима. Приметимо да кроз поменуте студије случаја није дат покушај објашњења ширег друштвеног контекста који јесте један од битнијих фактора који могу иницирати ескапизам у захтевне спортско-рекреативне активности. Сматрамо да се једно од могућих објашњења тиче капитализма, тачније, неолиберализма као ширег друштвеног контекста који заправо јесте иницијатор поменутог ескапизма. Поменимо да се концепт ескапизма неретко користи и у тумачењу тражења аутентичних доживљаја у путовањима као упражњавању слободног времена појединаца које кореспондира са бегом од проблема свакодневице (Cohen, 2010). Кроз теоријски концепт ескапизма, најпре ћемо на примеру Београдског маратона⁷ размотрити рекреативно бављење маратоном као својеврсни бег од проблема свакодневице који завршава у одређеном облику фанатизма.

Према критеријуму географске заступљености и репрезентативности учесника, Београдски маратон јесте спортски догађај који има елементе локалног и регионалног спортског догађаја, док према величини и обиму, овај спортски догађај се може посматрати као тзв. карактеристични спортски догађај или (*Hallmark event*) односно, догађај са препознатљивим квалитетом програма, тачније, са аутентичним карактеристикама у поређењу са сличним догађајима⁸. Поменимо да је Београдски маратон добитник најзначајније глобалне награде у светском тркачком

⁵ Ibidem.

⁶ Ibidem.

⁷ <http://www.bgdmarathon.org/default.aspx> приступ 01.12.2018. у 14:10.

⁸ О основној подели и карактеристикама спортског догађаја (v. Mihajlović, 2013; Radenović, 2017).

покрету „AIMS 2018 Social Award” – Maratonski Oskar.⁹ На званичном сајту овог спортског догађаја налазе се најзначајније вести, информације о пријави, цени учесничког пакета, као и бројне фотографије досадашњих учесника maratona које рефлектују вољу и упорност да се у различитим временским приликама maratон истрчи.¹⁰ Специфичност Београдског maratona као спортског догађаја јесте чињеница да се на истој стази налазе врхунски и рекреативни спортисти. То рекреативцу омогућава јединствен доживљај да учествује у спортском надметању или активно-сти раме уз раме са врхунским спортистом имајући, барем теоријски, подједнаке шансе за победу. Тако, током трајања maratona имамо какофонију врхунских спортиста, аматерских атлетичара и рекреативаца који нужно и не морају бити чланови неког атлетског клуба. Појам „јунака” спортског догађаја, оног који вољом и „виспреношћу” долази до победе (Koprivica, 2018, str. 283), у случају maratona проширен је на све учеснике, тј. успехом се сматра сваки појединачни резултат, а као генерални успех за рекреативце се сматра завршетак maratona. Значајно је напоменути да се дуж стазе Београдског maratona налазе и лекарске екипе у случају повреда или одустајања тркача. На пример, за maratон 2018. године дуж стазе је било 16 екипа хитне помоћи: 11 лекарских и 5 транспортних.¹¹

Да ли је истрчавање maratona и претходна комплексна припрема за овај покрет синоним за здрав стил живота или је реч о врсти подвижништва у чијој је основи ескапизам од реалних, тешко решивих или нерешивих животних околности и проблема? Сагледајмо поменуто на примеру поменуте аутобиографске/*self-help*¹² књиге рекреативне maratонке Саманте Гилице (Gilice, 2017).

3. Километри среће као решење?

Рекреативна maratонка написала је књигу у којој у стиху комбинује аутобиографске записе са трка са мотивационим порукама у класичном маниру популарне

⁹ <http://www.bgdmrathon.org/v/301c1c34-48e6-480c-94ff-34c20710f5c5/Svetski-maratonski-Oskar-Beogradskom-maratonu.aspx>, приступ 01.12.2018. у 15:41.

¹⁰ <http://www.bgdmrathon.org/multimedijalni-sadrzaj.aspx>, приступ 01.12.2018. у 15:46.

¹¹ <http://www.bgdmrathon.org/v/62035f17-12c5-499c-adc8-02515f87d10b/Sve-spremno-za-31-Beogradski-maraton.aspx> приступ 12.12.2018. у 11:50.

¹² Подсетимо да се првом публикацијом из области тзв. самопомоћи (*self-help*) сматра књига под називом *Our Bodies, Ourselves*, коју је 1973. године написала група незадовољних пацијенткиња из Бостона које су имале приступ једном од највећих медицинских центара у свету, Харварду. Не могавши да добију обавештења која су желеле на језику разумљивом обичном пацијенту, оне су објавиле приручник „како да...” који се односио на бројне медицинске ситуације, од рака дојке до абортуса. Узастопна издања ове књиге/приручника су продавана у милионима примерака и довела су до појаве двају области издаваштва у оквиру данашње алтернативне медицине и такозване самопомоћи (Radenović, 2012, str. 51). Шаролика читалачка публика би требало да буде свесна чињенице да литература из области самопомоћи није научног карактера иако може садржати неке резултате научних истраживања. Неретко, аутори/ке овог типа литературе користе свој ауторитет заснован на поседовању дипломе, звања или титуле одређене високошколске установе како би у штиву износили и ненаучне садржаје и то је значајна чињеница коју не смемо занемарити када је потенцијални утицај овакве литературе на читалачку публику у питању.

психологије. Томе у прилог говори предговор и рецензија из пера Ане Бучевић¹³, једне од најпопуларнијих мотивационих говорника у региону:

Ову књигу сам доживјела као аутобиографску књигу ауторице, јер она то и јесте. А када вам нетко тко свједочи властитом животном успјеху пише како то постићи, та књига једино и може бити фантастична. Много тога ћете сазнати у овој књизи и све то ће вам служити да растете духом. Пред вама је књига о километрима живота. Узбуђено крените њима и испуните их срећом (Vučević u: Gilice, 2017).

Ауторка књиге је кренула путем maratona јер је била „преслаба да се одупре“, „исмевана“, „повређивана“ и „гурнута на маргину“. Наведено је последица, како сама наводи, неуклапања у (само)наметнути друштвени идеал лепоте јер је имала „који килограм вишка“ (Gilice, 2017, str. 6). Свакако, одабир maratona као рекреације са својом природом мишићног напрезања у којој преовладава аеробна фаза ниског интензитета, идеална за губитак телесне тежине, јесте добра одлука са здравственог аспекта (Živanić & Dikić, 2008, str. 89).

Међутим, ауторка maratону прилази ескапистички и у њему види излаз из свих проблема, како индивидуалних тако и друштвених. Самоуверено наводи да када се истрчи први маратон, све је могуће: „Од тог момента знаћеш да ништа у животу није немогуће, и да све што пожелиш да будеш, имаш и да радиш – можеш!“ (Gilice, 2017, str. 16), као и „Када прећеш ту циљну линију, знаш да апсолутно ништа у животу није немогуће.“ (Gilice, 2017, str. 73).

Иако рекреативка, ауторка прихвата мото Олимпијских игара који је дефинисао Пјер де Кубертен (*Pierre de Coubertin*): више, брже, боље (Coubertin, 2000, pp. 591-592; Gilice, 2017, str. 23). Разлику између рекреативца и врхунског тркача ауторка види искључиво у мотивацији: „Олимпијац кога молиш да се слика с тобом, није ништа другачији од тебе, осим што си ти пристао на мање.“ (Gilice, 2017, str. 53). Игноришући бит врхунског спорта, у овом случају maratona, његова уска врата, рану специјализацију, професионални приступ и посвећеност, кратку професионалну каријеру и резултат који је изражен у виду „мерења, бројања, вагања и вредновања“ (Radoš, 2010, str. 43, 48; Radoš, 2016, str. 56), ауторка истрајава на становишту да суштинске разлике између рекреативца и професионалаца и нема. Истина, рекреативни маратон отворен је за све, без обзира на пол или године. Ауторка наводи да „никад није касно да потрчиш“ али и да ћеш „бити тим поноснији на себе“ (Gilice, 2017, str. 80). Да није касно да ће се самопуздање повећати завршетком трке је тачно али исто тако тачно је и да врхунски резултати остају недостижни. Сама ауторка постигла је најбољи резултат (лични рекорд) у времену од 4 сата и 3 секунде, што је резултат вредан дивљења, али за рекреативца. Поређења ради, за Олимпијске игре у Пекингу 2008. године норме су биле високе, 2 сата и 37 минута (А норма) и 2 сата и 42 минута (Б норма) и једино је Оливера Јефтић од српских атлетичарки успела да се квалификује (Juhas & Repić-Čujić, 2016, str. 164, 279).

Ауторка све проблеме своди на појединца и лични однос према њима. Тако „драгом тркачу“ ауторка поручује: „Прихвати чињеницу да си ти, и само ти, одговоран и заслужан за све што ти се дешава, било то добро или лоше. Не криви

¹³ Ана Бучевић је хрватска мотивациона говорница. Од 2012. године држи предавања, тим билдинге (*team building*) и ауторка је неколико књига на тему самопомоћи (<https://anabucevic.com/o-autoru/>, приступ 06.12.2018. у 09:37).

родитеље, државу, владу, пријатеље, момка/девојку за своје неуспехе” (Gilice, 2017, str. 72). Успех је на дохват руке, ауторка сугерише маратон, а с обзиром на то да он у себи носи све одговоре, за њега не сме бити изговора: „Радиш од шест сати ујутру, неће ти бити тешко да устанеш у пола пет и одрадиш тренинг. Биће ти хладно, падаће киша бићеш уморан... Све је ствар организације.” (Gilice, 2017, str. 85). Материјалне аспекте бављења маратоном ауторка не доводи у питање већ тврди да је „новац уложен у путовања на трке најбоља могућа инвестиција.” (Gilice, 2017, str. 19). Опет, све је могуће, новац неопходан за трке, путовања и опрему уз помоћ „моћи позитивне мисли” ће се сам створити. Осим тога сугерише и узајамну помоћ тркача у виду опреме и стартнина за трке (Gilice, 2017, str. 82). Сагледајмо какав однос према сопственом и туђем здрављу има ауторка после овако дефинисаног императива бављења маратоном.

Психичке кризе у току трке у виду мисли „да је готово, да не можеш више” ауторка види као место где се „разилазе путеви победника и губитника.” (Gilice, 2017, str. 44). Ова диференцијација је изузетно значајна јер показује схватање победника једне маратонске трке. Наиме, ескапистичким маниром ауторка не сматра победницима освајаче медаља већ сваког ко трку заврши, без обзира на пролазно време. Императив завршетка трке кључни је за оформљено достигнуће успеха. Као препрека стоји свакако психо/физичка спрема која мора бити дорасла задатку истрчавања 42 километра. С једне стране, ауторка сугерише да „драги тркач” „поштује своје тело” и моли га да га слуша и негује здравље адекватним тренингом и исхраном (Gilice, 2017, str. 27, 42). С друге стране, зарад проласка кроз циљ здравље се ставља у други план јер (само)наметнути императив код ауторке је значајнији од императива здравља. Она наводи да „ноге само прате оно што им глава нареди. Када ноге више не могу да издрже, трчи срцем, оно увек може” (Gilice, 2017, str. 38). Свакако да срце не може увек да издржи, те да постоје примери и смртних случајева на маратонским тркама. Прва жртва био је први маратонац – Филипидес (Gutos, 2017, str. 41). Чак и у случају недовољне припреме аутока сугерише да „можеш добити неку натприродну снагу и трку завршити чак и својим најбољим временом”. Као доказ за ову тврдњу ауторка не цитира физиологију спорта или антропомоторику већ наводи следеће: „У маратону се никад не зна. Све је могуће. Знам шта ти говорим” (Gilice, 2017, str. 21). Чак и болест ауторка види као могућност да се појединац научи да „цени своје тело” и да се „другачије опходи према њему него до тад” (Gilice, 2017, str. 94). Неопходно је и нагласити да и у случају ризиковања сопственог здравља и остваривања најбољег времена, то време је опет недовољно за врхунске резултате и било какав вид материјалне обезбеђености, тј. професионалног бављења маратоном. То време остаје на нивоу рекреативног бављења и може у најбољу руку представљати обарање личног рекорда једног рекреативца док је истовремено за њега плански угрожено здравље.

Зарад превазилажења тркачке кризе и испуњења императива проласка кроз циљ ауторка сугерише менталне вежбе где у моменту преиспитивања сопствене одлуке да се маратон истрчи „када мислиш да нема апсолутно ниједног разлога да се ‘мучиш’ до краја, сети се своје (будуће) деце. Помисли на њихов сјај у очима када изговоре неком ‘Мој тата/мама је маратонац/ка!’ и настави даље, ка циљној линији” (Gilice, 2017, str. 17). На путу ка тој циљној линији можете чак искористити и ин-

валидитет других особа која немају могућности да истрче маратон, што је парадоксално, јер како смо напоменули, ауторка је сама навела „да немогуће не постоји” (Gilice, 2017, str. 5). У сваком случају, „док се ти на трци бориш са кризама, све те нервира и желиш да одустанеш, неко седи у инвалидским колицима и све би дао да може бити у твојој кожи”. Даље сугерише да се оваквим особама у публици приђе, „стегне им рука, подари осмех” и да тих пар секунди скретања са стазе је „све само не изгубљено време” (Gilice, 2017, str. 77).

Овако постављен императив проласка кроз циљ маратонске трке који у себи наводно носи одговор на сва питања и решавање свих проблема повлачи макијевелистички приступ. Зарад завршетка трка жртвује се све: своје здравље, време, новац па чак се и особе се инвалидитетом (зло)употребљавају ради мотивације у кризним ситуацијама. Суштински један хоби постаје опсесија зарад које појединац ради бега од свакодневних проблема жртвује много. Парадоксално, хоби који би у својој бити требало да има унапређивање, очување и неговање здравља постаје хазард за само здравље. Испред здравља хоби поставља императив завршетка трке и у њему сублимира проблеме са којима се појединац суочава а који су далеко од те трке.

Конечно, сагледајмо и конкретне примере жртвовања здравља зарад испуњења императива на примеру Београдског маратона. На блогу сајта www.trcanje.rs налазимо аутобиографски запис рекреативног тркача Ивана Стаменковића који наводи да је свој први полумаратон добрим делом ходао јер није био спреман и да је „имао огромну срећу што се није повредио”. Ипак, ходао је до циља и императив испунио. Свој први маратон није ходао него се „тетурао” и „болно цогирао” у последњим километрима трке. Наводи да је и видео „колегу маратонца који седи са стране и држи се за главу док га други теши”. Други двојац маратонаца који је Стаменковић уочио одлучио је да не одустане. Један је био у нешто бољем стању и „трчао напред-назад по друго” који је вероватно услед повреде или крајње исцрпљености „вукао једну ногу и застајао сваких 20м”. Иако је био сведок оваквих сцена, Стаменковић слично у стилу Гилице закључује: „тих последњих 10-12км је, по мом мишљењу, суштина искуства рекреативног трчања маратона (и то нарочито Београдског)”.¹⁴

Други пример нам доноси Далибор Даничић, један од тренера клуба „Ултра тркач”. У интервјуу наводи да је његовој групи тркача на Београдском маратону предводник био човек који је последњих 20 километара трчао са повређеним коленом. Даничић одлази и корак даље наводећи да је повређени тркач „био пример”.¹⁵

Поменимо још и неименоване „хероје маратона” како су их дневне новине „Блиц” назвале. У питању су тројица тркача где су једног од њих друга двојица пренела до циља. У чланку се наводи да тркач „буквално пада са ногу” и уместо да затражи лекарску помоћ, или једноставно одустане од трке, уз помоћ два друга тркача који су „пребацили измореног дечка преко рамена” он је прошао кроз циљ. Свесно

¹⁴ <https://www.trcanje.rs/trke/reportaza/beogradski-maraton-se-poklanja/> приступ 12.12.2018. у 10:45.

¹⁵ <http://www.mozzartsport.com/ostali-sportovi/vesti/ugasi-tv-prestani-da-kukas-i-trci/104742> приступ 12.12.2018. у 11:05.

ризикујући своје здравље „једва ходајући, у видно лошем стању, ипак је успео да оствари своју жељу”, тј. (само)наметнути императив завршетка трке.¹⁶

Погрешно би било тврдити да је на њих утицала књига „Километри среће: Маратон као инспирација, тачка преокрета и животни изазов”, међутим јасно је уочљиво да поменути тркачи деле императив завршетка трке са ауторком. Тачније, ауторка је тај императив предочила у *self-help* приручнику а он је био присутан код тркача и пре његове појаве. Сам утицај приручника засигурно је ограничен али и значајан јер сублимира појаву присутну код рекреативних тркача. Свесно стављајући сопствено здравље на друго место, а на прво пролазак кроз циљ, ни у једном од наведених примера се ни као опција не помиње тражење лекарске помоћи, иако су станице хитне помоћи распоређене дуж стазе Београдског маратона управо за такве случајеве. Отуда спортски физијатар Вилијам Морган (*William Morgan*) сагледавајући здравствене аспекте рекреативног учествовања у маратону на претходно описан начин, инсистира на термину „негативна овисност”¹⁷ (Gutos, 2017, str. 316-321). Морган наводи да ако се у обзир узме да тркачи често игноришу своје повреде и болове негативна дејства су слична као код конзумирања алкохола и дрога (Gutos, 2017, str. 316-321). Анализа дискурса Гилице и примера са Београдског маратона упућује на закључак да термин „негативна овисност” адекватно карактерише разматрану појаву.

4. Закључак: Километри среће у неолибералном капитализму

Кроз теоријски концепт ескапизма на примеру Београдског маратона разматрено је рекреативно бављење маратоном као бег од бројних проблема свакодневице који се завршава у одређеном облику фанатизма. На конкретним примерима приказан је фанатизам испољен у (само)наметнутом императиву успеха у контексту неолибералног капитализма који заправо јесте иницијатор ескапизма. Сматрамо да се тоталитарни императив непрестаног физичког развоја зарад боље производње капитала овлапоћује најдиректније у својеврсној грађанској религији, у маратону као ‘религијској светковини капитала’ чијег смо муњевитог процвата савременици. У маратону су сви подједнаки учесници и свако исказује свој максимум физичке спреме. Тај максимум далеко је од врхунског такмичара који од тога живи, али јесте максимум појединца и он/она тиме треба да се задовољи. И јесу задовољни: насмејана лица у маси која су платила немале новчане износе (2018. године – 4000

¹⁶ <https://www.blic.rs/vesti/beograd/heroji-maratona-nisu-prvi-prosli-kroz-cilj-ali-ovi-momci-su-pobedili/4203mhj> приступ 12.12.2018. у 11:15.

¹⁷ С друге стране, психијатар Вилијам Гласер (*William Glasser*) ову појаву карактерише термином „позитивна овисност” имајући на уму кохезивност групе тркача (Gutos, 2017, str. 316-321). Наиме, тркачи данас представљају озбиљну субкултурну групу која поприма и елементе религиозности управо због поменуте кохезивности групе која на себи својствен начин глорификује припадност групи тркача ради подвижности, тачније, циља који се огледа у истрчавању маратона по сваку цену и то у контексту неолиберализма који намеће императив успеха по сваку цену. На тај начин и фирме неретко користе истрачавање маратона као својеврстан тим билдинг својих запослених инструментализујући кохезивност групе у циљу остваривања што већег профита.

динара) да трче улицама Београда и прослављају свој успех: каријерну успешност која није нарушила њихово здравље. Напротив – они су најздравији, они трче маратон (Мијатов, 2018), иако „буквално падају са ногу” и уместо да затраже лекарску помоћ, или једноставно одустану од трке, свесно ризикујући своје здравље стижу до циља. Зато, како смо поменули, спортски физијатар Вилијам Морган имајући на уму здравствене аспекте оправдано инсистира на термину „негативна овисност” (Gutos, 2017). Тако, фанатизам испољен кроз обавезни завршетак трке мења приступ једној спортско-рекреативној активности која претпоставља здрав стил живота и требало би да јој буде циљ побољшање и неговање здравља. (Само)наметнути императив завршетка трке по сваку цену често води баш у смеру нарушавања здравља уз истовремено глорификовање истрчавања маратона као аутентичног примера својеврсног подвижништва, вођења здравог стила живота и шире, унапређивања квалитета живота. Размотрени случајеви тркача Београдског маратона који повређени завршавају трку и бивају позитиван пример осталим тркачима заправо јесу одлична илустрација фанатизма тумаченог у кључу теорије ескапизма. Битно је нагласити да ови примери, а нарочито размотрена аутобиографска *self-help* књига рекреативне маратонке могу бити веома опасни узорци појединцима који почињу веома интензивно бављење спортско-рекреативним активностима како би побегли од озбиљног решавања бројних животних проблема. Када је шири друштвени контекст неолиберализма у питању, не смемо заобићи чињеницу да у савременом свету фирме користе маратон као „религијску светковину капитала” па њени запослени колективно одлазе на трке, у рекламним мајицама свог капиталисте наравно, и заједнички кроз својеврсне тим билдинге славе своје здравље, своје успехе и живот у капитализму који очигледно омогућава и истрчавање маратона. Није тајна да модерни послодавац цени истрчани маратон у биографији појединца, тачније свог запосленог. То је јасни и недвосмислени знак да је тај појединац дубоко у систему и да је спреман да игра по његовим правилима као „савршен запослени”. Рашчлањавањем психологије рекреативног маратона неминовно се долази у додир са психологијом успеха, са мотивационим говорницима – месијама дистопичног тоталитарног века капитала којем смо сведоци и/или учесници. Успех, који је ту испред свих нас и који је трансцендентован у виду истрчавања маратона, проласка кроз циљ и добијања медаље опија појединца уверавајући га да је постигао нешто. Појединац је заправо испунио императив (само)наменуте друштвене конструкције успеха чији се корен налази у пуком профиту (Мијатов, 2018). Истовремено оно што је на тај начин нарушено јесте властито здравље упркос идеји да је сваки истрчани маратон потврда вођења здравог стила живота.

Sandra S. Radenović¹
University of Belgrade
Faculty of Sport and Physical Education
Belgrade (Serbia)
Nikola V. Mijatov²
Institute for Contemporary History
Belgrade (Serbia)

HEALTHY LIFESTYLE AND THE BELGRADE MARATHON: RECREATIONAL RUNNERS OR FANATICS?³

(Translation In Extenso)

Abstract: The aim of the paper is to re-examine the concept of marathon as a sports-recreational activity that presupposes a healthy lifestyle. Through the theoretical concept of escapism on the example of the Belgrade Marathon, the autobiographical book of a recreational marathon runner and autobiographical records of recreational runners, recreational participation in marathons is studied as a form of escapism from the problems of everyday life that ends up as a certain form of fanaticism. Fanaticism expressed in the imperative of success imposed through the obligation to finish the race changes the approach to a recreational activity whose goal is, among other things, to improve and nurture health. In the social context of neo-liberalism, this (self-)imposed imperative often leads in the direction of disrupting health for its own fulfillment.

Keywords: marathon, health, escapism, recreationists, fanatics

1. Introduction: The marathon and healthy lifestyles

The marathon is one of the oldest Olympic disciplines. It is thought to have been founded by Pheidippides (*Filípides*) after the Battle of Marathon in 490 BC when he ran 38 kilometers to tell Athenians the news of the victory over the Persians. According to the legend, after telling the news, he died of exhaustion (Gutos, 2017, p. 41, 161-162). Herodotus (*Heródoto*), as the most reliable source from that time, did not mention Pheidippides in the context of the Battle of Marathon, so the whole event lies somewhere between history and a myth (Herodotus History, 2009, pp. 273-274). Nevertheless, the marathon was

¹ sandra.radenovic@hotmail.com

² nikolamijatov@gmail.com

³ This paper is the result of the author's work at the project III 41004 (Rare Diseases) - where is engaged as a researcher Sandra Radenović and project III 47030 (Conflicts and Crises - Cooperation and Development in Serbia and the Region in the 19th and 20th Century) - on which is engaged as researcher Nikola Mijatov, both financed by the Ministry of Education, Science and Technological Development of the Republic of Serbia.

included in the Ancient Olympics, and it later became one of the disciplines of the modern Olympic Games. It is therefore one of the most recognizable links between the modern and the ancient games.

The Belgrade Marathon first started in 1988, at the initiative of a famous Serbian journalist Đorđe Đoko Vještica, the radio editor and one of the founders of “Studio B” Radio. The first Belgrade Marathon took place on May 8, as part of the celebration of the Victory Day on May 9 (Juhas & Repić-Čujić, 2016, p. 45). It has taken place every year since then and it has grown into a separate event, becoming one of the most famous events in Belgrade. The Belgrade Marathon gathers thousands of marathon runners to whom this race is an integral part of the lifestyle.

Lifestyles are relatively coherent sets of material and symbolic practices in everyday life – the patterns of behavior regarding consumption, resource use, interpersonal interaction, and self-expression - which crystallize into differentiated configurations of the cultural identity of individuals, families and groups. Today, individuals are in a position to build their own identities, choosing a certain lifestyle and materializing it in different areas of life: eating habits, choosing one’s appearance, engaging in various sports and recreational activities, body care, the arrangement of home interiors and living spaces, free time organization, forms of sociality, intimate relations, cultural consumption (Spasić, 2007, pp. 593-594). Engagement in certain sports-recreational activities is a characteristic of the so-called healthy lifestyles, and participation in marathons would be an example of pursuing a healthy lifestyle. A healthy lifestyle is a concept that is closely related to health behavior. Health behavior refers to different human activities related to health improvement, disease prevention, diagnostics and treatment procedures, health care, rehabilitation, etc. The main forms of health behavior are positive (any activities that promote health) and preventive health behaviors (activities aimed at prevention or early detection of illness when one feels illness symptoms) (Turza, 2005, p. 113). The concepts of healthy lifestyle and health behavior are related to the concept of the quality of life. According to Calman (Calman, 1984), the quality of life is a concept that is difficult to define and measure. This author, an oncologist who, among other things, has been studying the quality of life of cancer patients, introduces a method of individual measurement of the quality of life of each *sui generis* patient based on the gap between hopes, ambitions, dreams and reality (at a given time, i.e. time and space) of each patient, and wider, of each individual. In that sense, if a particular individual participates in a marathon as a physical or, more precisely, sports-recreational activity of choice, which is a form of healthy lifestyle and preventive and positive health behavior improving the quality of life of that individual, one can say that this health and sports-recreational behavior corresponds to the so-called ideal-type concept of health. This definition is derived from the World Health Organization (WHO) and under the concept of health it implies not only the absence of illness or exhaustion, but also the state of complete physical, mental and social well-being. Unlike some earlier understandings, this definition, created in 1947, includes mental and social well-being in the concept of health, in addition to physical health. The definition presupposes the notion of health as the ideal condition, that is, the goal to be attained (hence it is called an ideal-type concept). The critics of this concept and definition of health generally point out some disadvantages, for example, the perception of health as a state, and not as a process that implies change; then, determining health as an absolute, and not as a relative unit

that can be measured, graded and ranked; failure to include the influence of individual (physical, psychological, social) factors of well-being on the overall health, and disregarding the relationship between health and the lifestyle of a person. However, the meaning and the basic goal of this definition of health, as agreed by numerous sociologists, it is the extension of the meaning of the concept of health from the medical to the social category, that is, to the quality of human life. This practically means that one can feel and/or be ill without objective medical indicators of damage to their biological existence; disorders of well-being or health are not always due to medical issues (for example, there are individuals who, despite their serious illness, live a full life, regularly recreate, have many friends, go out, socialize, but also individuals who, despite the absence of illness and in the conditions of well-being, live lives of serious patients, etc.) (Radenović, 2017, pp. 97-98). Finally, it is important to remember that the lack of physical activity is the first on the list of factors that negatively affect health (Giddens, 2005, p. 160, Živanić and Dikić, 2008, p. 17, Turza, 2005, p. 104). All this makes it clear that individuals who participate in marathons as a chosen kind of physical and recreational activity lead a healthy lifestyle and improve their own quality of life by regular physical activity which is a form of preventive and positive health behavior. Nevertheless, we believe that this conclusion is not unquestionable, and that a recreational participation in marathons should be reconsidered in the light of the theory of escapism and through the example of the Belgrade Marathon, the autobiographical book of the recreational marathon runner Samanta Gilice (Gilice, 2017) and autobiographical records of recreational runners.

2. The marathon and/or escape from real problems?

The main starting point of the theory of escapism concerns the understanding of participation in sports-recreational activities in the middle age of life as an escape from everyday life problems and social challenges rather than an authentic need for physical activity.⁴ More precisely, the basic assumption of the theory of escapism is a sudden and committed sports activity of middle-aged people (late thirties, forties and older), which is always associated with pronounced professional or life-related problems, which either cannot be solved or there is a lack of will to do so. We would like to extend the theory to other age ranges, from the early twenties, with somewhat different life problems. In this sense, sport is a perfect escape into a new social context, more precisely, a sports-recreational context that is fundamentally (seemingly) without problems. The theory of escapism, through specific examples, emphasizes that people who have escaped into dedicated engagement in sports-recreational activities are aware of the initial problem that remains unresolved (job dissatisfaction or the lack of employment, an inability to progress, credit debt, the lack of a partner, a bad marriage or a set of various problems), but in the context of a devoted and obsessive engagement in sports and recreational activities, the initial problem can be completely minimized by opening new perspectives precisely through very successful sports engagement. By doing this, “work on oneself” is directed towards one’s physical performance that can be manifested in the form of a marathon (Koprivica, 2018, p. 363). According to the theory of escapism, the choice of sports is one of the strategies of escaping reality just like excessive alcohol drinking or the use of intoxi-

⁴ <https://www.trcanje.rs/zdravlje/bauk-eskapizma-kruzi-svetom/> Accessed: 25.11.2018 at 18:25.

cants, and the addiction created by sports is at a similar level in this sense.⁵ This practically means that another sports activity is added to the chosen sport, or the primary sport and recreational activity is completely replaced by a more complex sport that requires more effort and more activity: running turns to triathlon, then to ultramarathon, or to ‘*iron-man*’ activities. In the relevant literature, several case studies⁶ were examined through the theoretical framework of the theory of escapism, and the conclusions relate to: neglecting and disregarding the primary problem that was the initial trigger for “escape to sport”; a switch from the originally chosen sport and recreational activity to a more complex sport such as triathlon, ultramarathon or ironman activities, and the emergence of completely new professional perspectives through a successful engagement in sports such as holding motivational speeches and publicity related to sports and recreational activities. Let us note that there is no attempt to explain the wider social context which is one of the most important factors that can induce escapism into demanding sports and recreational activities through the mentioned case studies. We believe that one of the possible explanations concerns capitalism, or more precisely, neoliberalism as a wider social context that is actually the initiator of the mentioned escapism. Let us also note that the concept of escapism is often used in interpreting the search for authentic experiences through travelling as the use of one’s free time that corresponds to an attempt to escape from the problems of everyday life (Cohen, 2010). Through the theoretical concept of escapism, on the example of the Belgrade Marathon⁷, first of all, we will discuss a recreational participation in marathon running as a sort of escape from the problems of everyday life that ends in a certain form of fanaticism.

In terms of the criteria of geographic representation and representativeness of participants, the Belgrade Marathon is a sporting event with elements of a local and regional sporting event, while according to its size and scope, this sporting event can be viewed as the so-called characteristic sporting event or a hallmark event, that is, an event with a recognizable program quality or, more precisely, with authentic features compared to similar events⁸. Let us mention that the Belgrade Marathon is the winner of the most significant global award in the world running “*AIMS 2018 Social Award*” - the Marathon Oscar⁹. The official website of this sporting event contains the most important news, entry information, the price of the participant package, as well as numerous photographs of earlier marathon runners that reflect the will and persistence to participate in the marathon in different weather conditions.¹⁰ The specificity of the Belgrade Marathon as a sporting event is the fact that there are top athletes and recreational runners together on the same track. This provides a recreational runner with a unique experience of participating in sports competitions or activities alongside top athletes with, at least theoretically, an equal chance of winning. Thus, during the marathon, there is a cacophony of top athletes, ama-

⁵ Ibidem.

⁶ Ibidem.

⁷ <http://www.bgdmarathon.org/default.aspx> Accessed: 01.12.2018 at 14:10.

⁸ About the basic division and characteristics of sporting events (see Mihajlović, 2013; Radenović, 2017).

⁹ <http://www.bgdmarathon.org/v/301c1c34-48e6-480c-94ff-34c20710f5c5/Svetski-maratonski-Oskar-Beogradskom-maratonu.aspx>, Accessed: 01.12.2018 at 15:41.

¹⁰ <http://www.bgdmarathon.org/multimedijalni-sadržaj.aspx>, Accessed: 01.12.2018 at 15:46.

teur athletes and recreational runners who do not necessarily need to be members of athletic clubs. The term “hero” of a sporting event, the one who achieves victory by the power of will and “readiness”, (Koprivica, 2018, p. 283) is extended to all participants in the case of the marathon. That is, every single result is regarded as success, and the completion of the marathon is considered as the general success for recreational runners. It is important to say that there are medical teams along the Belgrade Marathon in case of injury or runners deciding to drop out. For example, in the marathon of 2018, there were 16 emergency teams along the route: 11 medical and 5 transport teams.¹¹

Is taking part in the marathon and the prior complex preparation an undertaking synonymous with a healthy lifestyle, or is it a type of venture that is based on the escapism from real, difficult-to-solve, or unsolvable life circumstances and problems? Let's take a look at the example of a self-help book¹² written by a recreational marathon runner Samanta Gilice (Gilice, 2017).

3. Kilometers of happiness as a solution?

A recreational marathon runner wrote a book in which she combined autobiographical records from running with motivational messages in the classic manner of popular psychology in verse. This is supported by a preface written by Ana Bučević¹³, one of the most popular motivational speakers in the region:

I have experienced this book as an autobiographical book, because it is in fact such. When someone who achieved own success in life writes on how to achieve it, it means that this book can be nothing less than fantastic. You will learn many things in this book and all of this will serve your spiritual growth. Here is a book about kilometers of life. Go along them and fill them with happiness (Bučević in: Gilice, 2017).

The author of the book started the marathon because she was “too weak to resist”, “mocked”, “hurt” and “pushed to the margin”. It was a consequence, as she states, of incompatibility with the (self-)imposed social ideal of beauty because she had “a few excess ki-

¹¹ <http://www.bgdmarathon.org/v/62035f17-12c5-499c-adc8-02515f87d10b/Sve-spremno-za-31-Beogradski-maraton.aspx> Accessed: 12.12.2018 at 11:50

¹² Let us be reminded that the first publication in the area of the so-called *self-help* was a book called *Our Bodies, Ourselves*, written in 1973 by a group of dissatisfied patients from Boston who had access to one of the largest medical centers in the world, Harvard. Due to not being able to get the information they wanted in the language understandable to common patients, they published a “how to” manual for a number of medical situations, from breast cancer to abortion. Consecutive editions of this book/manual have been sold in millions of copies and have led to the emergence of two modern areas of publishing, the alternative medicine and the so-called self-help area (Radenović, 2012, p. 51). The diverse reading audience should be aware of the fact that self-help literature is not scientific, although it may contain some scientific research results. Often, the authors of this type of literature use their authority based on the possession of diplomas or titles of particular higher education institutions in order to present non-scientific content, and this is an important fact that should not be neglected considering the potential impact of such literature on the reading audience.

¹³ Ana Bučević is a Croatian motivational speaker. Since 2012, she has been holding lectures, team building sessions and she has authored several books on self-help (<https://anabucevic.com/o-autoru/>, Accessed: 06.12. 2018 at 09:37).

lograms” (Gilice, 2017, p. 6). Certainly, the choice of marathon as a type recreation due to its nature of muscular strain with prevailing low-intensity aerobic phase, ideal for weight loss, is a good decision from the health aspect (Živanić & Dikić, 2008, p. 89).

However, the author approaches the marathon in an escapist manner and sees the way out of all problems, both individual and social. She confidently states that when the first marathon is finished, everything is possible: “From that moment you will know that nothing in your life is impossible, and that everything you want to be, have and do - you can!” (Gilice, 2017, p. 16), and “When you cross that finishing line, you know that absolutely nothing in life is impossible.” (Gilice, 2017, p. 73).

Although a recreational runner, the author accepts the motto of the Olympic Games defined by Pierre de Coubertin: more, faster, better (Coubertin, 2000, pp. 591-592; Gilice, 2017, p. 23). The difference between recreationalists and the top runners lies exclusively in the motive according to the author: “The Olympic contestant whom you ask for a picture is no different from you, except that you have agreed to less.” (Gilice, 2017, p. 53). Ignoring the essence of top sport, in this case, of marathon running, its narrow door, early specialization, professional approach and dedication, a short professional career and the result expressed in the form of “measurement, counting, weighing and evaluating” (Radoš, 2010, p. 48, Radoš, 2016, p. 56), the author persists in the view that there are no fundamental differences between recreationists and professionals. True, a recreational marathon is open to everyone, regardless of gender or age. The author states that “it is never too late to start running”, and that you “will be more proud of yourself” (Gilice, 2017, p. 80). It is correct that it is not too late and that self-confidence will increase by the end of the race, but it is also true that the top results remain unattainable. The author herself has achieved the best result (personal record) of 4 hours and 3 seconds, which is an admirable result, but for a recreational runner. For comparison, for the Olympic Games in Beijing in 2008, the standards were high, 2 hours and 37 minutes (A norm) and 2 hours and 42 minutes (B norm) and only Olivera Jeftić of all Serbian athletes managed to qualify (Juhas & Repić-Čujić, 2016, pp. 164, 279).

The author reduces all problems to the individual and personal attitude towards them. Thus, the author says to the “dear runner”: “Accept the fact that you, and only you, are responsible and creditable for everything that is happening to you, whether it’s good or bad. Do not blame the parents, the state, the government, your friends, your boyfriend/girlfriend for your failures” (Gilice, 2017, p. 72). The success is within a hand’s reach, the author suggests running the marathon, and given that it provides all the answers, there must be no excuse not to do it: “You work from six in the morning, it will not be hard for you to get up at half past five and do the training. You will be cold, it will rain, and you will be tired... It’s all about organization.” (Gilice, 2017, p. 85). The financial aspects of participating in marathons are not questioned by the author, she claims that “the money invested in traveling to races is the best possible investment” (Gilice, 2017, p. 19). Again, everything is possible, the money necessary for entry, travel and equipment will somehow appear with the help of the “power of positive thought”. In addition, she also suggests runners’ mutual assistance in the form of equipment and starting fees (Gilice, 2017, p. 82). Let us observe the kind of attitude the author has towards her own health and the health of others, having defined this definite imperative of running the marathons.

Psychological crises that occur during the race in the form of thoughts that “it is over, you cannot continue” are seen by the author as the place where “the paths of the winners and the losers separate” (Gilice, 2017, p. 44). This differentiation is extremely important because it shows the understanding of a winner of a marathon race. Namely, in the escapist manner, the author does not consider the winners of the medals to be the actual winners, but that it is anyone who completes the race, regardless of the finishing time. The imperative of race completion is crucial for the achievement of success. There is certainly the obstacle in the form of the psychological and physical condition that must be up to the task of running 42 kilometers. On the one hand, the author suggests that the “dear runner” “honors the body” and begs him or her to listen to it and nurture health with adequate training and nutrition (Gilice, 2017, pp. 27, 42). On the other hand, in order to pass through the finishing line, health is pushed to the background because the (self-)imposed imperative is more important to the author than the imperative of health. She states that “the feet only do what the head orders. When the legs fail, run with the heart, it can always do it” (Gilice, 2017, p. 38). Certainly, the heart cannot always do it, and there are cases of deaths during marathons. The first victim was the first marathon runner- Pheidippides (Gutos, 2017, p. 41). Even in the case of inadequate preparation, the author suggests that “you can get some supernatural power and finish the race even with your best time”. As proof of this claim, the author does not quote physiology of sports or anthropometrics, but states: “Nothing is certain in a marathon. Everything is possible. I know what I’m telling you” (Gilice, 2017, p. 21). Even illness is perceived by the author as a possibility for an individual to learn to “value his own body” and “treat it differently than before” (Gilice, 2017, p. 94). It is also necessary to emphasize that even in case of risking one’s own health and achieving the best time, this time is insufficient for top results and any kind of material security, i.e., for professional marathon running. This time remains at the level of recreational running and can mean surpassing a personal record of another recreational player, at best, with health deliberately put in danger for this cause.

With the aim of overcoming race crises and fulfilling the imperative of passing through the finishing line, the author suggests mental exercises at the moment of re-examining the decision to run the marathon, “when you think there is absolutely no reason to ‘torture’ yourself till the end, remember your (future) children. Think of the glow in the eyes when they say to someone ‘My Dad/Mom is a marathon runner!’ and continue on to the finishing line” (Gilice, 2017, p. 17). On the way to this finishing line, you can even take advantage of the disability of other people who do not have the ability to run the marathon, which is paradoxical since, as we mentioned, the author herself stats that “the impossible does not exist” (Gilice, 2017, p. 5). In any case, “while you fight personal crises during the race, you are upset about everything and you and want to quit, someone is sitting in a wheelchair and would give everything to be in your position”. She further suggests that runners approach such people in the audience, “hold their hand, give them a smile” and that these few seconds away from the track are “everything but a wasted time” (Gilice, 2017, p. 77).

Such imperative of passing through the finishing line of the marathon race, which supposedly carries the answers to all questions and the solutions to all problems, presupposes a Machiavellist approach. In order to end the race, everything is sacrificed: your

health, time, money, and even people with disabilities are (ab)used for the purpose of motivation in crisis situations. Essentially, a hobby becomes an obsession for which individuals sacrifice everything in order to escape from everyday problems. Paradoxically, a hobby that, in its essence, should aim at the promotion, preservation and cultivation of health becomes a hazard to health. The imperative of ending the race over preserving the health sublimates the problems that individuals face, and which are far from this race.

Finally, let's take a look at specific examples of health sacrifice for the fulfillment of imperatives on the example of the Belgrade Marathon. On the blog located at www.trcanje.rs, we find an autobiographical record of a recreational runner Ivan Stamenković who states that he basically walked through his first half-marathon because he was unprepared and that he “was lucky not to get hurt”. Still, he walked to the goal and fulfilled the imperative. He did not walk through his first marathon, but he “stumbled” and “jogged in pain” during the last kilometers of the race. He says that he saw “a fellow marathon runner sitting on the side of the track, with his hands on his head, while another was trying to console him”. Another pair of marathon runners that Stamenković spotted decided not to give up. One was in a slightly better condition and “ran back and forth to get the other” who, probably due to injury or extreme exhaustion, “dragged one leg and stagnated every 20m”. Although having witnessed such scenes, similarly to the style of Gilice, Stamenković concludes: “These last 10-12 km are, in my opinion, the essence of the experience of recreational marathon running (especially in Belgrade)”.¹⁴

Another example is that of Dalibor Daničić, one of the coaches of the “Ultra Runner” club. In his interview, he said that his group of runners at the Belgrade Marathon was led by a man who ran the last 20 kilometers with an injured knee. Daničić goes one step further stating that the injured runner was “an example”.¹⁵

Let us also mention the unnamed “marathon heroes”, as the daily newspaper “Blic” called them. These were three runners, and two of them carried the third one to the finish line. The article states that the runner “literally fell off his feet” and instead of seeking medical help, or simply dropping out of the race, with the help of two other runners who “carried the tired young man over their shoulders”, he passed through the line. Deliberately risking his health, “barely walking, in a visibly bad condition, he managed to achieve his desire”, i.e., the (self-)imposed imperative of finishing the marathon.¹⁶

It would be wrong to claim that they were influenced by the book “Kilometers of Happiness: marathon as an inspiration, a turning point and a life challenge”, but it is clear that these runners shared the imperative of finishing the marathon with the author. More precisely, the author presented this imperative in the self-help manual, but it had been present with the runners before the book's appearance. The very influence of the manual is certainly limited, but also significant because it sublimates the phenomenon present with recreational runners. Conscientiously putting one's own health second, and finishing the marathon first, none of the presented cases even mentioned the search for medical

¹⁴ <https://www.trcanje.rs/trke/reportaza/beogradski-maraton-se-poklanja/> Accessed: 12.12.2018 at 10:45.

¹⁵ <http://www.mozzartsport.com/ostali-sportovi/vesti/ugasi-tv-prestani-da-kukas-i-trci/104742> Accessed: 12.12.2018 at 11:05.

¹⁶ <https://www.blic.rs/vesti/beograd/heroji-maratona-nisu-prvi-prosli-kroz-cilj-ali-ovi-momci-su-pobedili/4203mhj> Accessed: 12.12.2018 at 11:15.

assistance, although emergency stations are deployed along the Belgrade Marathon route precisely for such cases. Hence, a sports physicist William Morgan, examining the health aspects of recreational marathon running in the previously described manner, insists on the term “negative addiction”¹⁷ (Gutos, 2017, pp. 316-321). Morgan states that if one takes into account that runners often ignore their injuries and pain, negative effects are similar to alcohol and drug use (Gutos, 2017, pp. 316-321). An analysis of the discourse of Gilice and examples from the Belgrade Marathon points to the conclusion that the term “negative addiction” adequately characterizes the observed phenomenon.

4. Conclusion: Kilometers of happiness in neoliberal capitalism

Through the theoretical concept of escapism on the example of the Belgrade Marathon, recreational participation in marathon running was considered as an escape from numerous problems of everyday life that ends as a certain form of fanaticism. Fanaticism expressed in the (self-)imposed imperative of success in the context of neoliberal capitalism, which is in fact the initiator of escapism, is demonstrated through specific examples. We think that the totalitarian imperative of continuous physical development for the sake of better production of capital is most directly brought to life in a kind of civic religion, the marathon as a ‘religious festivity of capital’ whose contemporary flourishing we can all witness. In a marathon, all people are equal participants, and everyone exhibits their maximum physical fitness. This maximum is far from top athletes who do this for a living, but is the maximum of the individual and he/she should be satisfied with this. And they really are satisfied: the smiling faces in the masses who paid substantial sums of money (in 2018 - 4000 dinars) to run through the streets of Belgrade and celebrate their success: career success that did not damage their health. On the contrary - they are the healthiest, they run the marathon (Mijatov, 2018), although they “literally fall from their feet” and, instead of seeking medical help, or simply dropping out of the race, they knowingly risk health to reach the goal. Therefore, as we mentioned, sports physicist William Morgan, bearing in mind the health aspects, rightly insists on the term “negative addiction” (Gutos, 2017). Thus, fanaticism, displayed through the obligatory marathon finish, changes the attitude towards a sports-reactional activity that presupposes a healthy lifestyle and should aim at improving and nurturing health. The (self-)imposed imperative of finishing the race at all costs often leads in the direction of damaging one’s health while simultaneously glorifying the marathon running as an authentic example of a kind of venturing, leading a healthy lifestyle and improving the quality of life. The considered cases of the Belgrade Marathon runners who completed the race while injured and were thus shown as positive

¹⁷ On the other hand, psychiatrist William Glasser characterizes this phenomenon with the term “positive addiction”, bearing in mind the cohesiveness of the runner group (Gutos, 2017, pp. 316-321). Namely, today runners represent a serious subcultural group that also takes on the elements of religiosity precisely because of the mentioned cohesiveness of the group, which in its own way glorifies belonging to the runner group for the purpose of venture, namely, for the goal that is reflected in finishing the marathon at all costs, doing so in the context of neoliberalism which imposes the imperative of success at all costs. In this way, companies often use marathon running as a kind of team building for their employees, instrumentalizing the group’s cohesiveness in order to achieve as much profits as possible.

examples to other runners are in fact an excellent illustration of fanaticism interpreted in the light of the theory of escapism. It is important to note that these examples, particularly the considered autobiographical self-help book of a recreational marathon runner, can be very dangerous to individuals who start dealing with sports and recreational activities very intensely in order to escape solving many serious life issues. When the broader social context of neoliberalism is concerned, we must not overlook the fact that modern companies use the marathon as a “religious festivity of capital”, so that their employees collectively race, in advertisement T-shirts of their capitalist, of course, and through a kind of team-building celebrate their health, their successes and life in capitalism, which obviously enables them to run the marathon. It’s no secret that a modern employer appreciates a completed marathon in the biography of an individual, more precisely, of an employee. This is a clear and unambiguous sign that this individual is deeply in the system and is ready to play by its rules as a “perfect employee”. By breaking down the psychology of a recreational marathon runner, we inevitably come into contact with psychology of success, with motivational speakers - the messiahs of the distorted totalitarian century of capital we are witnessing and/or participating in. The success, which is here in front of all of us and which has been transcended in the form of running the marathon, passing through the goal and getting medals, inebriates the individual, convincing him/her that they have achieved something. The individual has actually fulfilled the imperative of a (self-)imposed social construction of success whose root lies in a mere profit (Mijatov, 2018). At the same time, what is adversely affected in this way is one’s own health, despite the idea that every participation in the marathon is a confirmation of a healthy lifestyle.

REFERENCES / ЛИТЕРАТУРА

- Calman, K. C. (1984). Quality of life in cancer patients – an hypothesis. *Journal of Medical Ethics*, 1984, pp. 10, 124-127.
- Cohen, S. (2010). Searching for escape, authenticity and identity: Experiences of „lifestyle travellers“. In M. Morgan, P. Lugosi & J.R.B Ritchie (Eds.), *The Tourism and Leisure Experience: Consumer and Managerial Perspectives* (pp. 27-42). Bristol: Channel View Publications.
- De Coubertin, P. (2000). *Olympism: Selected Writings*. Lausanne: International Olympic Committee.
- Giddens, E. (2005). *Sociology*. Beograd: Ekonomski fakultet Univerzitet u Beogradu [In Serbian]
- Gilice, S. (2017). *Kilometers of Happiness: Marathon as an inspiration, turning point and life challenge*. Vršac: S. Gilice [In Serbian]
- Gutos, T. (2017). *Running: Global History*. Beograd: Zavod za udžbenike [In Serbian]
- Herodotus History* (2009). Translation by Milan Arsenić. Beograd: Dereta [In Serbian]
- Juhas, I. & Repić-Čujić, V. (2016). *Marathon for Women in Serbia*. Beograd: Univerzitet u Beogradu, Fakultet sporta i fizičkog vaspitanja [In Serbian]
- Koprivica, Č. D. (2018). *Homo Maximus: Elements of the Philosophy of Sport*. Beograd: Centar za izučavanje Tradicije Ukronija [In Serbian]

- Mihajlović, M. V. (2013). *Sports organizations and Sports Events*. Beograd: Sportski savez Srbije [In Serbian]
- Mijatov, N. (2018). *Marathon – a religious manifestation of capital*. Available at <http://smetlisteistorije.com/maraton-religijska-svetkovina-kapitala/> [In Serbian]
- Radenović, S. (2012). *Bioethics and Medicine – Relationship patient-physician in the Integrative Bioethics Paradigm*. Novi Sad: Akademska knjiga [In Serbian]
- Radenović, S. (2017). *Sport and Society – Sociology with Sociology of Sport*. Beograd: Fakultet sporta i fizičkog vaspitanja Univerzitet u Beogradu [In Serbian]
- Radoš, J. (2010). *Philosophy of Sport*. Sremski Karlovci: Kairos [In Serbian]
- Radoš, J. (2016). *Ethics in Sport*. Sremski Karlovci: Kairos [In Serbian]
- Spasić, I. (2007). Lifestyle. In: A. Mimica, M. Bogdanović (prir) *Sociological Dictionary* (pp. 593-594). Beograd: Zavod za udžbenike [In Serbian]
- Turza, K. (2005). *Medicine and Society – Sociological Aspects*. Beograd: Medicinski fakultet Univerziteta u Beogradu, CIBID [In Serbian]
- Živanić, S. & Dikić, N. (2008). *Sports Medicine*. Beograd: N. Dikić [In Serbian]

Sources from Internet/ Извори са Интернета:

<https://anabucevic.com/o-autoru/>

<https://www.trcanje.rs/zdravlje/bauk-eskapizma-kruzi-svetom/>

<http://www.bgdmarathon.org/default.aspx>

<http://www.bgdmarathon.org/v/301c1c34-48e6-480c-94ff-34c20710f5c5/Svetski-maratonski-Oskar-Beogradskom-maratonu.aspx>

<http://www.bgdmarathon.org/multimedijalni-sadržaj.aspx>

<http://www.bgdmarathon.org/v/62035f17-12c5-499c-adc8-02515f87d10b/Sve-spremno-za-31-Beogradski-maraton.aspx>

<https://www.trcanje.rs/trke/reportaza/beogradski-maraton-se-poklanja/>

<http://www.mozzartsport.com/ostali-sportovi/vesti/ugasi-tv-prestani-da-kukas-i-trci/104742>

<https://www.blic.rs/vesti/beograd/heroji-maratona-nisu-prvi-prošli-kroz-cilj-ali-ovi-momci-su-pobedili/4203mh>