**Maraton (Marathon) Savaşı Pers imparatoru 1. Darius 'un son kalan Yunan topraklarını fethedip batı sınırlarını güvene almak için yaptığı ilk büyük savaştır.
İ.Ö 490
yılının Eylül ayında
Yunanistan
'ın Maraton platosunda olmuştur. Savaş Yunanistan'ın zaferiyle sonuçlanmış ve savaş gecesi tanrı
Pan
Persleri korkuttuğu için, Yunanlılar ona
Akropolis
eteğinde bir tapınak yapmışlardır.**

**Yunan zaferini Atina 'ya haber vermek için Maraton'dan yola çıkan Pheidippides isimli ulağın, yaklaşık 40 kilometrelik mesafeyi hiç durmadan koştuktan sonra zafer haberini verdiği ve yere yığıldığı rivayet edilir. Bu olay, modern zamanlarının
Olimpiyat Oyunları
kurucusu
Pierre de Coubertin
ve arkadaşlarına 42195 metrelik
maraton
koşusunu oyunlar kapsamına almaları için ilham kaynağı olmuştur.**

Yukarıdaki bilgileri Wikipedia da bolca bulabilirsiniz, ben bu yazımda Madencilerin Kanlı Maratonunu anlayabilmemiz için kısa bir marathon anlatımına girmek istiyorum.Sonra da eski Demokratik Almanya'dan hatıra kalan madencilerin maratonunu anlatmak istiyorum.Pek şüphesiz ki ayaklarının altında kırksekizbin kilometre koşu talim ve terbiyesine vakıf bir devrimci bir maraton koşucusu olarak mümkün olduğunca halk diliyle yani koşucu diliyle anlatmaya calışacağım.

Koşucu Emile Zapotek'in çok sevdiğim bir sözü vardır."Kuşlar uçar, balıklar yüzer, insanlar koşar." Pekala devrimciler ne yapar,onlar ultra devrim maratonları koşarlar ve bu koşu türü dünyanın en belalı işidir. Devrimci koşucular devrim için koşarlar.

Bu koşu türünü anlayabilmek, kavrayabilmek, hissedebilmek, yaşayabilmek ve koşabilmek belalı bir iştir,aç kalmak, hapis yatmak, işsiz kalmak, sakat kalmak, suçsuz yere hem de yoldaşlar tarafından kurşuna dizilmek de kaderde işin mükafatı olabilir. Bu tür koşulara "galiptir bu yolda mağlup olanların koşusu' denilmektedir. Bu tür koşuları koşan insanlara madalya filan vermezler. Bu insanlar koşarken açlık grevleri, ölüm oruçları, sürgünler, yalnızlıklar, unutulmuşluklar, faili meçhul cinayetler anaforunda koşarlar.Bütün bunları bilmeden yani bu tür maratonun bilgisine vakıf olmadan koşuya başlıyanlar eğer yaşama sansına sahip olurlarsa, koşu süreçleri ve yaşadıkları tecrübeler onlara bu koşunun sınıf şavaşımı maratonu olduğunu öğretir.Yani Tığı Teber Şahi Merdan olanların koşusudur.Bu koşu türünün en acımasız olanı bir biçimde Kürtlerin davasında vahşice yasanmaktadır. Bu anlamda memleketimiz Antik Anatolien akıllara durgunluk veren acı ama bir o kadar öğretici uzun koşu ve mukavemet dersleriyle doludur.Artık bir başlangıc yapabilirim.

Havada uçan kuşlar,denizde yüzen balıklar,dağlarda, derelerde, tepelerde,maden ocaklarında koşan insanların öyküsü nasıl ki sınıf savaşımlarından bağımsız ele alınamıyorsa, bu gün kapitalist dünyanın modern ve antik kültürlü şehirlerinde koşulan koşular özellikle de maraton koşuları sınıf savaşımlarından bağımsız olarak ele alınamaz, incelenemez ve kavranamaz.Maraton dan bağımsız olarak koşunun kendisi

insanın doğada ve toplumda gerçekleştirmiş olduğu tüm eylemlerde karşımıza çıkar.

Aynı zamanda eli sopalı,eli baltalı,eli atom bombalı ve ay'ı da füzelerle bombalayan insanın evrimini anlamamızda bize yardımcı olur, koşan insan evrimleşen ve evrimede direnen insandır. Uzun koşu bizlere birçok mevzuyu anlamamızda yardımcı olur.

Yetişkin bir bir insanın vücudu ortalama 12 marathndan ibarettir. Bu süreç seksen günlük bir ölüm orucuna tekabül eder yani yetişkin bir insan hiçbir şey yemeden ve durmaksızın koşması halinde vücudunda bulunan tüm kaloriyi yakar ve böylece "no body ist perfeckt" dediğimiz süreci bir biçimde başka dünyalara göndermiş olur.. Herneyse , maratonu anlamak için baştan yazılması gerekeni şimdi yazıyorum.

Hani bazen,okulda öğretmen, üniversite profesör, dağda gerilla, dernekte seminerci, kitapta yazar, bir işin zorluğunu ve meşaketini anlatmak için "bu iş marathona" benzer derlerya.Bir anlamıyla marathonun ne olduğunu anlatmış olurlar.Yani maraton zorlukları çözüme kavuşturma sanatıdır. Bu iş bilimin yaratıcısı insan toplum ve doğa üçgeni içerisinde gerçekleştirilir.Buna şeytan üçgeni diyebilirsiniz, burası çok kanlı, karmaşık çelişkiler yumağıdır,burada insan emeğinin yanma yakılma süreçleri gerçekleştirilir.Tabii bütün bunlar bize bir maratonun ne olduğu,nasıl olduğu ve nasıl tanımlanması gerektiği hususunda bir fikir verir, yaygın olan maraton tanımı şekilsel olan tanım maratonun hakikatini bize pek anlatmaz. Hani maraton sıfır noktasında başlayıp 42.195.km biten koşu türü değildir, öyle olmasına öyledir ama tam ta olarak öyle değildir, öyle olmadığını anlamak için bunu yaşamak lazım gelir. 42.195 km olarak tanımlanan şey işin zorluğunu ve süresini ve mukavemeti anlatır bize.Yani maraton mukavemet sanatıdır, inatla kuvveti kuvvetle çarpıştırma sanatıdır, bu iş esas itibarıyla "belli bir üretim tarzı içerisinde ve belli bir zaman ve mekan diliminde, koşucunun cinine ve cinsiyetine de bağımlı olmak koşuyla, yine koşucunun talim ve terbiye yani bilgi ve tecrübesine sıkı sıkıya bağımlılk ilişkisiyle şekillenen koşucunun vücudundaki hakiki ve biricik olan şeytani,yani kendi kendine yeten, kendi kendini var eden otto motoru ortaya çıkarmasına ve o'nun yüzde yüz denetim altına alınmasına ve vücudun rezervlerindeki enerjinin devreye sokulmasına ve devreye sokulan enerjinin yanma yakılma süreclerinin işletilmesine maratonun başlangıc noktası diyoruz. Bu olay takriben otuzuncu kilometrede başlar, buna "maraton balyozu" diyoruz, eğer bu devreye maraton öncesinde sıkı talimlerle iyi hüküm edebilirsek kurşun gibi yılkı atları gibi koşabiliriz, eğer bu devre iyi talim ve terbiye edilemezse, midemiz bulanır, başımız döner ve yığılır kalırız. Buna "balyoz altında kırılma noktası" diyoruz.Önemli olan bu aşamayı aşmaktır ve bu iş için doğru bir maraton "teorisi çok yönlü bir praktik'i" mecbur kılar. Bu işin olmaz ise olmazıdır.Özetleyecek olursak.

Bir maraton koşmak için evvela sağlıklı pompalara ihtiyaç vardır, tıpkı içten yanarlı

modern motorlardaki gibi yağ, hava, su, benzin ve ya da dizel pompaları gibi tıkıt tıkırişleyen pompalar. Yani vücudumuzdaki kan pombasının tıkır tıkır işlemesi lazım. Ey kalbim denilen olay budur, bilim insanları insan vücudunun gerektirdiği o'nun diliyle çalışabilecek bir kan pompasını vücudumuza yerleştirebilirlerse daha hızlı koşabiliriz, şimdilik böyle bir pompa icat edilmedi. Modern içten yanarlı motorlar,otto, wankel, boxer ister dizel ile ister benzin ıle calışsınlar,dizel, hepsinde temel olan pompaların mekanik dialektiğin yasalarına uygun mükemmel calışmları durumunda olmalları lazım gelir,ölüm ve kalım evinde çalışan silindirlere ihtiyaç duydukları rafine enerji göndermeleri gereklidir, bu durumda yani pistonlar enrjıyi yakabilirler, bu süreç sağlıklı calışmazlarsa motor itterme ve katkırma mekanızmalarını harekete geçiremez. İyi bir maraton sapa sağlam bir kanı pompalayan kalbi zorunlu kılar. İşin başı pomba görevi gören yapan kalptir, kalb kanı durup dinlenmeksizin vücuda pompalamalı ki hayat ölüm ve kalım evinde yani dogum ve ölüm evinde hayat oluşsun,ister mekanik ister bıolojik motorlar olsun tüm motorlarda pompa düzenekleri işin esasıdır. İşte koşucu bu mekanızmaları durup dinlenmeksizin bozar,yapar, yeniden üretir,bu ışler hep antremanlarda olur. Esas olarak kalp kaslarını taşlaştırmaya tabii tutarız.Salt kalp kasları değil var olan tüm kasları...

Kalp sağlam olmaz ise olmaz. Evvela sağlıklı bir blok o blok üzerinde çatlak olmayan sağlam bir kafa, bu ikisi olmaz ise maraton olmaz. Bir de maratonun önceden bilgisi ve antremanları olmazsa olmazdır. Bu profesyonellerde en az ellibin kilometre antreman tecrübesini yaşanmışlığını mecbur eder. Bunun anlamı şu oluyor, maraton , maraton öncesi deneyim ve pratikte kazanılınır, yani koşu öncesinde yapılan pratik ve teorik çalışmaların toplamı bize maratonu koşup koşamıyacagımızı ifade eder.

Mevzunun özü şudur.30.kilometrede insan vucudu hazır ve nazır olan enerjiyi yakar ve bitirir.İşte içimizdeki hakiki kuvvet yani güç, saklı duran yılan, tüm görkemiyle ayağa kalkar. Beynimiz o kuvvete yani içimizdeki saklı potansiyel motora, rezerve yağların kapılarını sonuna kadar açar.Vucudumuzdaki rezerve yağlar,hakiki ve biricik enerjidir.Vücut tıpkı mekanik motor gibi ikinci büyük enerjı yakım devresine geçer,bunun ne demek olduğunu yirmıbirinci günde açlık grevinin acısını hisseden devrimciler bilirler.Vucut bu devrede yüksek düzeyde çalışır,vucutta var olan dört milyara yaklaşan hücreler arı gibi vızıldaşırlar. Burada ki enerji normal günlerde ki gibi yanmaz. Yeni süreç gizlenen ve saklanan yağların yanım sürecidir.Deri altında saklanan yaglar, insan tacirlerinin alıp sattığı kilosu onbeş bin dolar olan insan yağı,o işlenmiş insan petrolüdür,normal kilolu insanlarda yüzde yirmi oranında profesyonel koşucularda yüzde yedi oranında bulunurlar. Koşucular bu anlamda beş para etmezler.Antremanlarda vücuda rezerve yağ yakmayı ögretirler, zor burada ortaya cıkar.Rezerve yağ yemeyi

öğrenen vucut böylece her türlü yağlanmayı hem sonlandırır hem de her türlü hastalıklara dayanıklılık kazanır.

Vücut buna mecbur edilir, bu yanım süreci her hafta yapılan otuz ve otuzbeş km'lik antremanlarda vucuda öğretilir.Bu sürec aynı zamanda yüksek dağlarda yapılan antremanlarla kırmızı kan fazlağı elde edilerek geliştirilir, bunun anlamı, havasız ortamlara ulaşılarak kırmızı kan kesecikleri coğaltılır. Buna içimizdeki "kızılları" çoğaltma talim ve terbiyesi diyebiliriz. Bu kızılkan kesecikleri yanma evine yani enerji üretim evlerine temiz hava taşırlar,hava yağların yanmasını sağlar,yardımcı olur,bu sebebledir ki,koşucuların kırmızı kan yüzdeleri ne kadar çok yüksek olursa o kadar hızlı koşarlar..Başka bir zaman yeniden bir maraton tanımı yapmak için bu noktalayıp, sizlere Almanya'da koşulan bir maratondan söz etmek istiyorum.

Bu marathonun orıgınal adı "UntertageMarathon" olarak adlandırılmaktadır. Ben orta mektep mezunu bir insan olduğum için tam cevirisini yapabiliyor olmayabilirim. Günün altında günün ve güneşin ulaşamadığı, güneş ışığnin olmadığı yerde koşulan ,yerin altında,dağların iclerinde koşulan maraton anlamına gelmektedir. Bu maraton dağin icerisinde ay ve güneş ayrıca da yıldızların ışıklarının ulaşmadığı yediyüz metre derinliklerde, dağın içerisinde koşulan bir maratondur. Bazen derinlik daha aşağılara inebilir ve cıkabilir. Burada sıcaklık yirmi ıle otuz beş derece arasındadır.Ayrıca hava son derece nemlidir,karanlık ve madencilerin ayak izleri takip edilerek koşulur. Bu gün Almanya'nın Thüringen Eyaletiinin Sonderhausen şehrinde koşulur. Bu kasaba eski demokratik Almanya'ya bağlı idi ve orada maden işçilerinin caliştıgı maden işletmelerinin kapatılmasıyla bırlikte 2002 yılından bu yana bu maden dağının içerisinde maden işçileri adına "Bergwerksmarathon " ya da Untertage_Marathon' u olarak adlandırılmaktadır. Maden Dağlarının üstünde değil içerisinde, maden işcilerinin yıllarca çaliştıkları dehlizlerin en gelişmişliğinde koşulan bir koşudur.Dağların içerisindeki tünellerin yüksekliği beş metredir eni ise bir kamyonun rahatlıkla gidebildiği büyüklüktedir.Bu maratona herkes katılabılir ama dörtyüz kişiyle yani dörtyüz marathon kosucusuyla sınırlıdır, çok zor bir marathondur, cesur ve maratonun ne olduğunu bilen ve iyi antreman sahibi olan koşucular katılabılir. Burada rekor kırılmaz, burada dayanıklılık aranır,söylemesi ayıp ama benim gibi dayanıklı marathoncular koşabilirer. Tıpkı maden işçileri gibi kafanızda kask ve madenci lambası taşıma mecburiyeti vardır.Koşu öncesi koşu sürecinde ya da koşullardan dolayı olabilecek kaza ve belalardan koşuyu düzenliyenlerin sorumlu tutulamayacagını ihtiva eden bir mukaveleyi de imzalamak zorundasınız.

Ve koşu dişarıya cıkmamak koşuluyla maden dağının içerisinde dört tur halinde gerçekleştirilir. Bu maden işletmesi eski demokratik Almanya'dan insanlığa hatıra kalmiş bir müzedir, simdi oralarda insanlar Maden Dağı Marathonu koşuyorlar.

Tabıki bizim memleketimizin daglarında ve ovalarında koşulan uzun koşular vardır.

Şimdi memleketin dağları boydan boya karlı ve kanlı. Bir gerilla Kandil'den İran'a yalın ayak koşarken,ayaklarını kar yakmış, sonra bir magarada ayaklarını kesmiş ve yoluna devam etmiş, bir değil bin değil ellibin. Ondokuz maden işçisi maden dağlarında kömür olmuş. Kimin umurunda. Zordur arkadaşlar çok zordur,dağlarda dag, şehirlerde şehir,ormanlarda orman, hapislerde hapis maratonu koşmak hakikaten koşmak çok ama çok zordur. Bunun acısını ve tatlısını koşanlar ve yaşıyanlar bilir.

2010 yılında Almanya'nın Hessen Eyaletine bağlı Dudenhofen kasabasında 5Okm geleneksel ultra maraton koşulur bu koşuyu hemen her sene koşarım, bu yılki koşuda da kafası kulağı kesilen gerillaların adlarını koşu elbiseme yazıp koşacagım, kayıtları mı yaptırmışımdır, zaten bu maratonun müdamiyim, bir de 24 Nissan'da Darmstadt hapishanesi içerisinde yirmi dört tur halinde koşulan hapishane maratonu vardır, o'na kayıtımı yaptırmışımdır,o koşuya da katılıp, Türkiye cezaevlerinde öldürülen arkadaşlarımızın adlarını elbiseme yazıp koşacagım.

2010 yılının sonunda Sonderhhausen şehrinde maden dağlarında ölen işçilerin anısına ''untertage marathon'unu' ' kosacagim.

Koşmak güzeldir. Koşu en çok devrimcilere yakısır,devrimciler dil,din,ırk,cin ve cinsiyet ayrımı yapmazlar,bundan dolayıdırki maraton en çok devrimcilere yakışır.Zira maraton bir bloktur, en önde kızıllar yani hızlı koşanlar, kızılları n arkasında orta düzey sarı renkli koşucular,sarı renklilerin arkasında yeşil renkliler koşar,her biri birbirinden bagımsız,ama hepsi bir anda ve hepsi aynı hedefe koşarlar,yani maratonun bizzat kendisi koşuculardan bağımsız olarak devrimcidir, herkesi bir ve aynı hedefte derler toplar, organize ederler ve koştururlar,koşucular birbirlerini selamlıya selamlaya menzile koşarlar.

Ben Maraton platosunda yaklaşık kırksekizbin kilometre koştum. Bunun anlamı dünyayı bir kez koşmak ve altıbin kilometreyi cebe rezerve olarak koymaktır.Ortalama senede beş marathon koşarım.Bu işten anladığım tek şey bir blok halinde üç temel rengin çeşitli birleşimiyle ve her bireyin bizzatihi kendi kuvvetiyle koşması temel oluyor. Ne zaman bir maraton koşsam galiba devrimler böyle oluyor diye düşünüyorum. Karar verdim bundan böyle yaşadığım ve öğrendiğim koşu bilgilerini sizlerle paylaşacagım. Kimbilir belki bir devrimciye koşuyu sevdirebilirim, spor yapmayı ve okumayı da bana eski devrimciler sevdirdiler. Gelecek yazımın "konusu neden koşuyorum olacak".Umarı m keyfinizi kaçırmadım..