

Beleolvasó:
A félelem ereje
Egy elit haditengerészeti kommandós tanácsai

Brandon Webb és John David Mann
A New York Times sikerszerzői

Ez a könyv nem arra akar megtanítani téged, hogyan futamíts meg ellenséges fegyveresek bandáit háborús övezetekben. Tanácsaim az elmédben lévő hadszíntérre vonatkoznak.

Áttekintjük, milyen a viszonyod a félelemmel, megnézzük azt a több tucatnyi helyzetet – ezernyi helyzetet –, ami be *fog* következni és körbejárjuk a tényt, hogy ezen összecsapások során a félelem ugyanúgy a porba dönthet téged, mint ahogy fel is szabadíthat.

Minden azon múlik, hogy mi történik a fejedben.

A félelem erejének felhasználása nem azt jelenti, hogy izmokat kell növesztened magadnak, hogy keményebb, rámenősebb, agresszívabb vagy éppen acélidegzetű, esetleg halálmegvető bátorságú harcos legyen belőled. Azt fogod megtanulni, hogyan figyelj fel az elmédben zajló párbeszédre és miként változtasd meg őket...

Bármilyen életúton is haladsz, egyszer eljön a pillanat, amikor fel kell vonnod a horgonyt, hogy elindulhass. Aláírod a szerződést, bejelentetted az újdonságot, vagy közlöd toxikus partnerreddel, hogy a kapcsolatod véget ért. Bármilyen helyzetben is vagy, cselekedve eljuthatsz arra a pontra, ahonnan már nem lehet visszafordulni. Az óra nagymutatója odaér a tizenketteshez, és megszólal a csengő. Ideje ugrani, és ha ez a helyzet, akkor már csak egy dolgot tehetsz.

Ugorni kell!

Erre a lépésre nem tudod csak úgy rávenni magad, és önmagad edzőjeként sem foghatod a kezéd. Nem lehet intellektuálisan sem felkészülni rá. A pánik ugyanis az agytörzsből ered, és az agytörzsseddel, ugyebár, nem lehet leülni megbeszélni a dolgokat. A döntés zsigeri lesz.

Akcióba kell lendülnöd.

Ne várj arra, hogy elmúlik a félelem, mert soha nem fog. Ha vársz, nem fogsz tudni cselekedni. Ugyanakkor viszont eljön a pillanat, amikor a félelem kristálytisztá felismeréssé alakul. Ilyenkor váratlanul felfedezel egy lehetőséget, mint a csatár, aki észreveszi a védők között feltáruló rést, és teljes erővel a kapu felé küldi a labdát. Ugyanez történik az előadóművésszel, amikor meghallja, hogy a közönség elnémul, és lassan felgördül a függöny. Abban a pillanatban a világegyetem köréd rendeződik, és ezt suttogja a füledbe:

– Itt az idő!

Utána pedig a helyes irányba lök.

Életem során akkor szembesültem talán a legdurvábban a rettegéssel, amikor négyezer méter magasságban szóltak nekem, hogy én következem, és ki kell ugranom a gépből.

2004-ben már túl voltam két éles bevetésen, melyek egyike egy hat hónapos afganisztáni szolgálat volt közvetlenül az iszonyatos, szeptemberi merényletek után. Visszatérve Amerikába Eric Davis társaságában én vezettem a SEAL mesterlövészeinek kiképző programját. Csakhogy évekkor korábban, a saját eredeti kiképzésem során tervezési hibák miatt kimaradt egy fontos tanfolyamunk. Ez nem volt más, mint a nagy magasságból történő ejtőernyős ugrás, amit „katonai szabadesésnek” is neveznek.

Ez igazából nem okozhatott volna fejfájást. A születésemkor bennem is ugyanúgy megvolt a vakmerőség génje, mint a különleges erők összes tagjában. Egyfolytában fára másztam, leugráltam a magasból, örültem veszélyes dolgokat műveltem, és majdnem sikerült ideg-

összeroppanást okozni édesanyámnak. Egyszer olyan iszonyatosan kikészítettem, hogy miután alig tudott megfékezni, és megvédeni saját zabolátlanságom veszélyeitől, felhívta a család- és gyermekjóléti központot, és közölte a vonal túlsó végén lévő hölgygel, hogy a kétéves kislánya kezdi megőrijteni, és attól fél, hogy bántani fogja a gyereket. (Bocsánat, anyu.) Ezenfelül *imádtam* a repülést. Amióta az eszemet tudtam, mindig is pilóta akartam lenni. Az egyik legelső gyermekkori élményem az volt, hogy édesanyám fülön csípte apukámat, és rákényszerítette, hogy vigyen el magával engem az akkor bemutatott, legkorábbi *Csillagok háborúja* filmre. Hároméves voltam. Apám tiltakozott, hogy az ilyen „hülye sci-fi” őt aztán nem érdekli. Nem akarta megnézni. Miután elvitt a moziba, egyedül visszament, és még ötször megnézte azt a filmet. (Nagyon szívesen, apu.) 2004-ben beiratkoztam az Embry-Riddle Légiközlekedési Egyetemre, és már nem kellett sok ahhoz, hogy letegyem a pilótavizsgámat.

Na de akkor mégis mi volt a baj?

Az volt a baj, hogy a nagy magasságból történő kiugrással kapcsolatban volt egy megrázó élményem. Amikor még 2000-ben diákként én csináltam végig a SEAL mesterlövész-tanfolyamát, az egyik srácra az osztályból mindenki felnézett. Mike Bearden nem csupán a világ legrendesebb alakja volt, de egy tök menő fenegyerek is, aki könnyedén végigcsinálta az összes erőpróbát. Az eredményével valamennyiünket lenyűgözött. A Medve becenevet kapta. Néhány héttel a mesterlövész-képző tanfolyam után Mike megkezdte a katonai szabadesés kiképzést is. A gépekből három-négyezer méter magasból ugrottak ki. A tanfolyam már a végéhez közeledett, amikor a valóra vált minden kiképzőtiszt legszörnyűbb rémálma. A Medve ejtőernyője összegabalyodott a hasernyőjével. Egészen a becsapódás pillanatáig harcolt, megpróbálta kiszabadítani az ernyőt.

Négy évvel később én ültem egy gépben. Időközben komoly harctéri tapasztalatra tettem szert, ám Bearden halála mélységesen megrázott. Zsigeri félelmet ültetett el bennem, amitől csak akkor tudok megszabadulni, ha egyszer szembesülök vele.

Jól tudtam, hogy mókuserékbe került kisállatként viselkedem, és nem tudok megszabadulni a szörnyű emléktől. Csakhogy nem volt teljesen légből kapott az aggodalmam, igaz? Hiszen mindannyian felnéztünk Beardenre. Nemcsak azért, mert egy kőkemény kommandós volt, hanem egy nagyszerű emberi lény. Ha van valaki, aki nem érdemelte meg, hogy így ragadja el a korai halál, akkor az *éppen* Mike volt.

Mégis balesetet szenvedett. Ha pedig még Mike-kal is ilyesmi történhet, akkor ki merné azt állítani, hogy nem ismétlődhet meg velem ez az eset?

Egyre csak ez járt a fejemben, amikor a parányi, kétmotoros gépünk négyezer méter magasra emelkedett, vagyis igencsak a Föld felszíne fölé. Azt bizonygattam magamnak, hogy készen állok az ugrásra. Kiképeztek rá. Alacsonyabbról már számos alkalommal ugrottam. Jól tudtam, hogy mit kell tennem.

De mégis.

A csoportunk egyik tagja, amikor megpillantotta a gép kinyíló hátsó rámpáját, szó nélkül visszament a helyére, leült, és visszakapcsolta az övét.

– A francba ezzel a baromsággal! – mondta. Miközben megkerültem, és elindultam a nyitott ajtó felé, arra gondoltam, hogy mi járhatott az eszébe. Hasonlóan azokhoz az egykori évfolyamtársaimhoz, akik kommandós alapkiképzés során kirostálódtak, ő sem *hozta meg a megfelelő döntést*? Talán egy sötét emlék kering a visszhangkamrájában? E kérdésekre sosem kaptam választ. Bármi is volt a megfutamodásának az oka, elég volt egyetlen pillantást vetni az arcára, és tudtam a lényegét: ez a katona hagyta, hogy a félelem torkon ragadja, és két vállra fektesse. Ma nem fog kiugrani. Valószínűleg soha többé.

Én is éreztem, ahogy a rettegés lecsap rám. Nem engedtem meg, hogy lefagyasszon, hanem megragadtam, és felhasználtam az erejét. Azért, mert készen álltam. Meghoztam a döntést. Túl voltam az előkészületeken. Végül pedig elengedtem a kókuszdiót.

Kiugrottam a gépből.

... Hadd kérdezzek tőled valamit. Te mitől félsz? Nem arra gondolok, hogy mi nyugtalanít, vagy mi tesz téged picikét idegessé. Mitől félsz valójában? Például a repüléstől vagy a nagy magasságtól? A sötétől? A bezártságtól? A megfulladástól?

Tudnál esetleg rengeteg ember előtt beszélni? Ez egy komoly félelemforrás; a megkérdozett emberek közül sokan jobban félnek ettől, mint a haláltól. Ez a tény azért jelent valamit.

Vagy azért félsz, hogy az igazi szerelmed sosem bukkan fel és így egyedül, magányosan fogsz meghalni? Esetleg az elköteleződéstől tartasz? Ez utóbbival rengetegszer találkoztam és nem csak a párkapcsolatokban, de az üzleti életben és a karrierben is.

Vannak emberek, akik nem mernek kockázatot vállalni. Nem rakják fel minden zsetonjukat valamelyik számra. Attól félnek, hogy veszítenek. Mi van akkor, ha becsődöl egy üzleti vállalkozás, vagy ha szakítással ér véget egy kapcsolat? Ha valaki korábban mindenét odaadta, az hogyan száll ki a roncsok közül?

Ismerek olyan embereket, akik nem mernek telefonálni vagy rettegnek a táblázatkezelő programoktól, estleg egy egyoldalas nyomtatvány kitöltésétől.

Vagy az úszástól.

Sokan olyasmitől félnek, amit mások nevetségesnek tartanak. Akkor viszont nem nevetünk, ha a *mi* bajunkról van szó.

Félsz a kudarcról és az azzal járó megaláztatástól? Vagy esetleg a sikertől, ami miatt iszonyaton nagy felelősség terhe fog a válladra nehezedni? Mindenki retteg valamitől.

Én a cápáktól félek.