

#1 New York Times Bestseller

— ADMIRÁL —
WILLIAM H. McRAVEN

— USTEL' —
— SI —

MALIČKOSTI, KTORÉ
MÔŽU ZMENIŤ VÁŠ ŽIVOT
... A MOŽNO AJ SVET



ADMIRÁL
WILLIAM H. McRAVEN

USTEL' SI

MALIČKOSTI, KTORÉ
MÔŽU ZMENIŤ VÁŠ ŽIVOT
... A MOŽNO AJ SVET

TATRAN

Z anglického originálu William H. McRaven: MAKE YOUR BED,
ktorý vyšiel vo vydavateľstve Grand Central Publishing, a division
of Hachette Book Group, Inc., New York 2017,
preložila Katarína Grozaničová.

Vyšlo v roku 70. výročia Vydavateľstva TATRAN, Bratislava 2017
ako 5126. publikácia.

Vydanie I.

Prebal a väzbu navrhol Peter Zentko.
Zodpovedná redaktorka Eva Melichárková
Jazyková redaktorka Marta Bábiková
Technický redaktor Jaroslav Zdražil
Sadzba RS servis, Bratislava
Vytlačila Těšínská tiskárna, a. s., Český Těšín.

www.slovtatran.sk

:: knihy pre **hodnotnejší** život

This edition published by arrangement with Grand Central
Publishing, New York, New York, USA.

All rights reserved.

Copyright © 2017 by William H. McRaven
Translation © Katarína Grozaničová 2017
Slovak edition © Vydavateľstvo TATRAN 2017

ISBN 978-80-222-0897-0

*Venujem svojim trom deťom: Billovi, Johnovi a Kelly.
Žiaden otec nemôže byť na svoje deti taký hrdý,
ako som ja na vás. Tým, že ste na svete, ste zlepšili každý
okamih môjho života.*

*A mojej žene Georgeann, najlepšej priateľke, vďaka
ktorej sa mi splnili všetky sny. Čo by som len bez teba
robit?*

OBSAH

Predhovor 9

PRVÁ KAPITOLA: Na začiatku dňa dokončite úlohu 11

DRUHÁ KAPITOLA: Sami to nezvládnete 19

TRETIA KAPITOLA: Záleží len na tom, aké veľké
máte srdce 29

ŠTVRTÁ KAPITOLA: Život nie je fér –
pokračujte v kurze! 39

PIATA KAPITOLA: Neúspech vás zocelí 47

ŠIESTA KAPITOLA: Musíte si trúfať 57

SIEDMA KAPITOLA: Vzoprite sa tyranom 65

ÔSMA KAPITOLA: Poradte si v ťažkých časoch 71

DEVIATA KAPITOLA: Rozdávajte ľuďom nádej 79

DESIATA KAPITOLA: Nikdy sa nevzdávajte! 89

Promočný príhovor na Texaskej univerzite 97

PodĎakovanie 112

PREDHovor

21. mája 2014 som mal tú česť predniesť promočný príhovor absolventom Texaskej univerzity v Austine. Aj keď je táto univerzita moja alma mater, obával som sa, že vojenský dôstojník, ktorého kariéru poznačila vojna, si medzi študentmi nemusí nájsť vďačné publikum. Absolventi však na moje veľké prekvapenie prijali príhovor s otvorenou myslou. Zdalo sa, že desať lekcí, ktorým som sa priučil počas námorníckeho výcviku jednotiek SEAL – Námorných, vzdušných a pozemných jednotiek Námorníctva Spojených štátov – a z ktorých som vychádzal, všetkých chytilo za srdce. Išlo o desať lekcí, ako prekonať útrapy výcviku, sú však rovnako platné aj pri prekonávaní nástrah života – bez ohľadu na to, kto im čelí. Posledné tri roky ma na ulici zastavovali skvelí ľudia, ktorí mi rozprávali svoje vlastné príbehy: ako necúvli pred žralokmi, ako nezazvonili na zvonec či ako im ranné ustielanie postele pomohlo prekonať ťažké časy. Všetci sa chceli dozvedieť viac o tom, ako mi týchto desať

lekcií zmenilo život, a počuť viac o ľuďoch, ktorí ma počas kariéry inšpirovali. Pokúsim sa o to v tejto útlej knižke. V každej kapitole sa dozviete čosi o jednotlivých lekciách. Pridám k nim aj krátky príbeh o ľuďoch, ktorí ma inšpirovali svojou disciplinovanosťou, vytrvalosťou, čestnosťou a odvahou. Dúfam, že sa vám kniha bude páčiť!

PRVÁ KAPITOLA

Na začiatku dňa dokončíte úlohu

Ak chcete zmeniť svet...

začnite tým, že si usteliete.



Kasárne, v ktorých prebieha základný výcvik SEAL, tvorí nenápadná trojposchodová budova na pláži v kalifornskom Coronade necelých sto metrov od Tichého oceána. Budova nie je klimatizovaná, v noci počuť pri otvorených oknách prílivové vlny a príboj narážajúci na piesok.

Kasárenské izby sú priam spartánske. V dôstojníckej izbe, o ktorú som sa delil s tromi ďalšími spolužiakmi, boli štyri postele a skriňa, do ktorej sme si vešali uniformy. Nič viac. Keď som spal v kasárňach, hneď ráno, ako som sa skotúlal z námorníckej „prične“, som sa pustil ustieľať postel'. Bola to prvá úloha dňa, počas ktorého ma, ako som vedel, čaká kontrolovanie uniforiem, dlhé plávanie, ešte dlhšie behanie, prekonávanie prekážkových dráh a neustále týranie od inštruktorov.

Keď vošiel inštruktor, vedúci triedy podporučík Dan'l Steward zvolal: „Pozor!“ Stál som v pozore pri nohách postele, zrazil som opätky a čakal, kým vrchný námorný poddôstojník podíde ku mne. Prísny inštruktor s kamennou tvárou najskôr skontroloval, či mám naškrobenú zelenú čiapku uniformy, uistil sa, či osemstranná „po-

krývka“ nie je pokrčená a má správny tvar. Premeral si ma od hlavy po päty, poprezeral každý centimeter uniformy. Mám vyžehlené záhyby na košeli a nohaviciach? Blýska sa mosadzná pracka na opasku ako zrkadlo? Mám topánky vyleštené tak, aby sa mu na nich odzrkadľovali prsty? Spokojný, že spĺňam prísne kritériá, ktoré sa očakávajú od budúceho tuleňa, pristúpil k prehliadke postele.

Posteľ bola rovnako jednoduchá ako izba, tvoril ju len oceľový rám a matrac. Matrac zakrývala spodná plachta, na nej bola vrchná plachta. Pod matracom bola zastrčená sivá vlnená deka, ktorá ma zohrievala za chladných večerov v San Diegu. Druhá deka bola úhľadne poskladaná do tvaru obdĺžnika pri nohách postele. Uprostred záhlavia bol len vankúš, ktorý vyrobila organizácia Maják pre slepých (Lighthouse for the Blind), a s prikrývkou v spodnej časti zvieral deväťdesiatstupňový uhol. Taký bol štandard. Keby som prísnu požiadavku čo len trochu nesplnil, musel by som „ísť chytať vlny“, kotúľať sa po pláži, kým by som nebol od hlavy po päty od mokrého piesku. Volajú to „bábovka“.

Nepohnuto som stál, kútikom oka som sledoval inštruktora. Unavene sa zahľadel na posteľ. Naklonil sa nad ňu, aby skontroloval, či mám napnutú plachtu, potom si poprezeral deku a vankúš, aby sa uistil, či sú správne upravené. Ďalej vopchal ruku do vrecka, vybral z neho mincu a niekoľkokrát ju vyhodil do vzduchu, aby mi dal na vedomie, že nasleduje posledná skúška. Po poslednom

vyhodení vyletela vysoko do vzduchu a s ľahkým nadskočením dopadla na matrac. Odrazila sa niekoľko centimetrov nad posteľ, dosť vysoko, aby ju inštruktor mohol chytiť do dlane.

Inštruktor sa zvrtol tvárou ku mne, pozrel mi do očí a prikývol. Po celý čas ani nemukol. Správne ustlaná posteľ nebola ničím, za čo by som mal čakať pochvalu. Bola to moja povinnosť. Prvá úloha dňa, ktorú som musel urobiť správne. Dokazovala moju disciplinovanosť. Ukazovala cit pre detail a v závere dňa mi pripomenula, že som niečo urobil dobre a môžem byť na to hrdý, i keď je to len maličkosť.

Ustielanie bolo počas dní strávených pri námorníctve jedinou nemennou vecou, s ktorou som mohol počítať každý deň. Ako mladý podporučík SEAL som na špeciálnej ponorke USS *Grayback* zakotvil v ošetrovni, kde boli štyri posteľe nad sebou. Vedúci ošetrovne, uštipačný starý doktor, trval na tom, aby som si priču ustielal každé ráno. Často sa spytoval, ako môžu námorníci očakávať najlepšiu lekársku starostlivosť, keď si ani neustelú posteľ a neupracú izbu. Ako som neskôr zistil, čistotnosť a poriadkumilovnosť sprevádzali každúčký kúsok vojenského života.

O tridsať rokov v New Yorku padli dvojčičky. Zasiahnutý bol aj Pentagon a odvážni Američania zomreli v lietadle nad Pennsylvániou.

V čase útokov som sa doma zotavoval z vážnej nehody

pri zoskoku padákom. Do kasární mi priviezli nemocničnú posteľ a väčšinu dňa som preležal na chrbte a snažil sa uzdraviť. Mojou najväčšou túžbou bolo dostať sa čo najskôr z postele. Ako každý tuleň, aj ja som túžil bojovať po boku svojich spolubojovníkov.

Keď som sa konečne zotavil dosť na to, aby som bez pomoci vstal z postele, ako prvé som napol plachty, napravil vankúš a uistil som sa, že nemocničná posteľ sa bude každému, kto vojde, zdať upravená. Dokázal som týmto, že som zranenie prekonal a život ide ďalej.

Štyri týždne po jedenástom septembri ma preložili do Bieleho domu, kde som dva roky pôsobil v novovytvorenom Úrade pre boj proti terorizmu (Office of Combating Terrorism). V októbri 2003 som bol už v Iraku, v provízornej centrále na letisku v Bagdade. Prvé mesiace sme spali na vojenských skladacích ležadlách. Napriek tomu som každé ráno vstal, skrútil spací vak, vankúš položil na záhlavie ležadla a pripravil sa na deň.

V decembri 2003 zajala americká armáda Saddáma Husajna. Po celý čas sme ho väznili v malej izbietke. Aj on spal na vojenskej skladacej posteli, no mal trochu viac luxusu – smel používať plachty a prikrývku. Raz za deň som Saddáma navštívil, aby som sa uistil, či sa oňho vojaci poriadne starajú. Trochu ma pobavilo, keď som si všimol, že Saddám si posteľ neustieľa. Prikrývky nechal za každým pokrčené pri nohách ležadla a málokedy mu napadlo napraviť ich.

Nasledujúcich desať rokov som mal česť pracovať s niektorými z najlepších mužov a žien, akých táto krajina splodila – od generálov po vojakov, od admirálov po brancov, od veľvyslancov po zapisovateľov. Američania počas vojenského ťaženia nasadení v zámorí ochotne prichádzali a mnoho obetovali na ochranu svojho veľkého národa.

Všetci pochopili, že život nie je prechádzka ružovou záhradou a že nemajú vždy vo svojich rukách, ako dopadne ten-ktorý deň. Vo vojne zomierajú vojaci, rodiny smútia, dni sú dlhé a plné úzkosti. Hľadáte niečo, čo vám prinesie útechu, čo vás motivuje vykročiť do dňa, niečo, na čo môžete byť hrdí v často krutom svete. Netýka sa to len boja. Rovnaký zmysel pre poriadok potrebujeme aj v bežnom živote. Nič nedokáže nahradiť silu a útechu, akú poskytuje ľudská viera, niekedy vás však aj jednoduché ustlanie postele dokáže povzbudiť, aby ste vykročili do dňa, a dať vám pocit spokojnosti, vďaka ktorej ukončíte deň správne.

Ak chcete zmeniť svoj život a možno aj svet, začnite tým, že si usteliete!



DRUHÁ KAPITOLA

Sami to nezvládnete