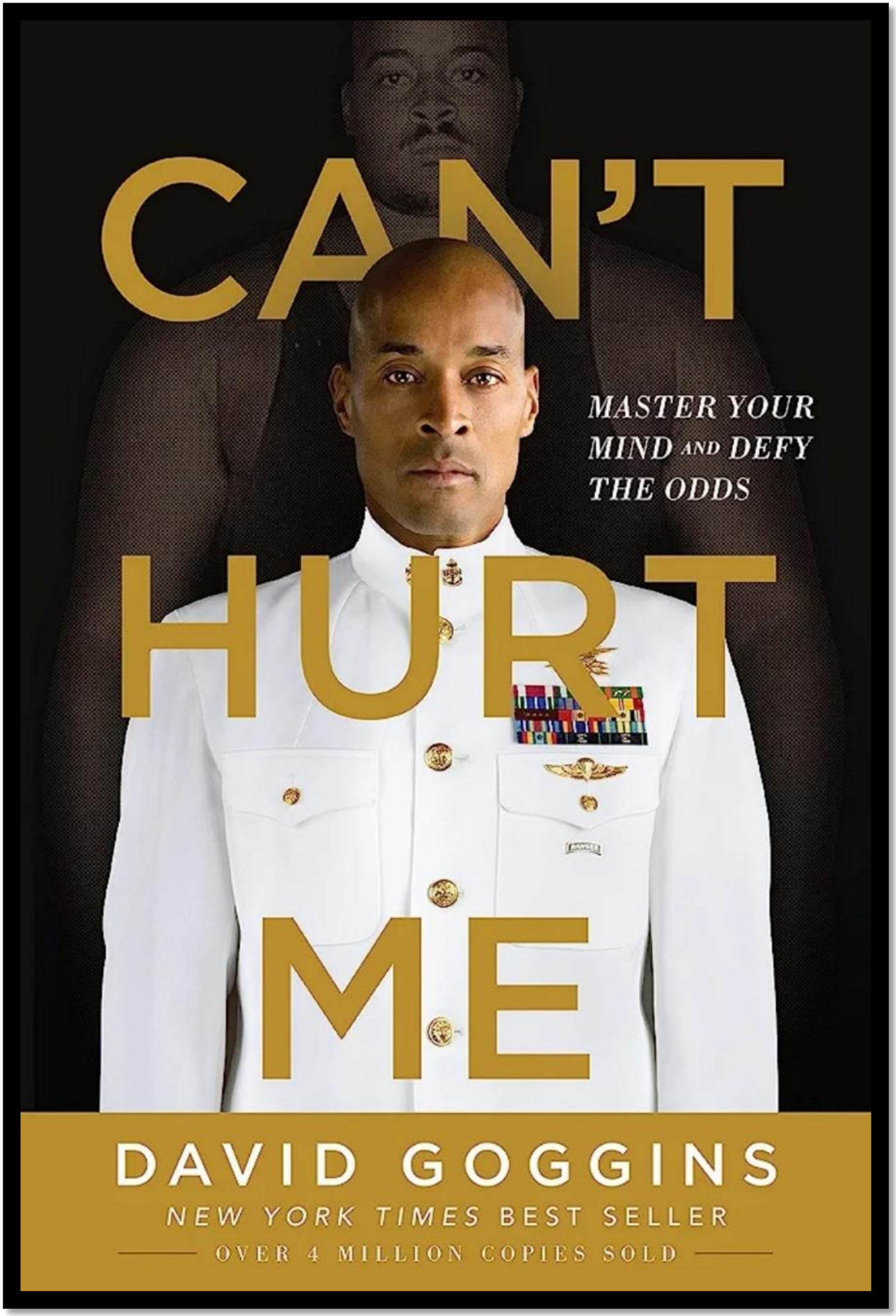

CAN'T
MASTER YOUR MIND AND DEFY THE ODDS
HURT
ME
DAVID GOGGINS
NEW YORK TIMES BEST SELLER
OVER 4 MILLION COPIES SOLD

Kafamın içinde durmama asla izin vermeyen o amansız sese ithafen...

İÇİNDEKİLER

GİRİŞ

BİR İSTATİSTİK OLMALIYDIM

GERÇEK ACITIR

İMKANSIZ GÖREV

RUHLARI ALMAK

ZIRHLI ZİHİN

MESELE BİR ZAFER KAZANMAK DEĞİL!

EN GÜÇLÜ SILAH

YETENEK ŞART DEĞIL

%1'İN İÇİNDEKİ %1

BAŞARISIZLIĞIN GÜÇLENDİRMESİ

FARZEDELİM?

UYARI EMRİ

ZAMAN DİLİMİ: 7/24

GÖREV ORGANİZASYONU: TEK MİSYON

DURUM: Hayatını o kadar rahat ve yumuşak yaşama tehlikesi ile karşı karşıyasın ki gerçek potansiyelini hiçbir zaman fark etmeden öleceksin.

MİSYON: Zihnin zincirlerini çöz. Mağdur mantalitesini hayatının sonuna kadar bir kenara bırak. Hayatındaki her şeyin sorumlusu ve sahibi ol. Kırılmaz bir temel inşaa et.

UYGULAMA:

A. Bu kitabı baştan sona oku. İçindeki teknikleri incele, on görevi kabul et. Tekrarla. Tekrarlamak zihninizi nasırlaştıracaktır.

B. Kitabı elinden gelen en iyi şekilde okur ve uygularsan, bu canınızı yakacaktır.

Bu Misyon kendinizi daha iyi hissettirmekle ilgili değildir. BU GÖREVDİR.

Daha iyi olmak ve dünya üzerinde daha büyük bir etkiye sahip olmakla ilgilidir.

C. Yorulduğunuzda değil işiniz bittiğinde durun.

Bu bir kahramanın başlangıç hikayesidir. Kahraman sensin.

KOMUT TARAFINDAN: DAVID GOGGINS

DERECE VE HİZMET: ŞEF, ABD DONANMA SEALS, EMEKLİ

GİRİŞ

GERÇEKTEN KİM OLDUĞUNU VE NELERE YETENEKLİ OLDUĞUNU BİLİYOR MUSUN?

Eminim öyle düşünüyorsun, ama sadece inandığın için bir şey olmuyor.

Endişelenme, yalnız değilsin. Her şehirde, her ülkede, dünyanın her yerinde

Dünyada milyonlarca insan zombiler gibi ölü gözlerle sokaklarda dolaşıyor.

Konfora bağımlılar, bir mağdur mantalitesi ile hareket etmekteler ve gerçek potansiyellerinden bir haber yaşamaktalar.

Bunu biliyorum çünkü onlarla sürekli görüşüyorum ve onlardan haber alıyorum.

Tıpkı senin gibi, ben de onlardan biriydim.

Benim de çok iyi bir mazeretim vardı.

Hayat bana kötü bir şans verdi. Fakir doğdum, dayaklarla büyüdüm,

Okulda eziyet çektim ve sayamayacağım kadar çok kez zenci diye çağırıldım.

Bir zamanlar fakirdik, sosyal yardımla geçiniyorduk, devlet destekli bir evde yaşıyorduk.

Hayatı dipte yaşadım, gelecek çok kasvetliydi.

Dibin nasıl hissettirdiğini çok az insan bilir ama ben biliyorum.

Bataklık gibi.

Hayat böyle olunca sürekli aynı seçimleri yapmak ve bizi öldüren "rahatlık" ile yaşamak kolaydır.

Ama gerçek şu ki, hepimiz alışılmış, kendi kendini sınırlayan seçimler yapıyoruz.

Beynimiz böyle tasarlanmış.

Bu yüzden motivasyon saçmalıktır.

En iyi konuşma bile beynini yeniden yapılandıramaz.

Motivasyon kimsenin hayatını yüceltemez. Motivasyon hiçbir şey yapamaz.

Bu yüzden hayatımın kötü gidişatı benim sorumluluğum.

Ve düzeltebilecek tek kişi benim.

Bu yüzden acıyı aradım, acıya aşık oldum ve sonunda dönüştüm.

Kendimi gezegendeki en zayıf pislikten en sert adama dönüştürdüm.

Muhtemelen benden çok daha iyi bir çocukluk geçirdin ve şimdi bile çok daha düzgün bir hayatın olabilir.

Ama anne baban kim olursa olsun, nerede yaşıyorsan yaşa, ne iş yapıyorsan yap ya da ne kadar paran varsa var.

Muhtemelen gerçek potansiyelinizin yaklaşık yüzde 40’ında yaşıyorsunuz

UTANÇ VERİCİ.

Hepimizin çok daha fazlası olma potansiyeli var.

Yıllar önce MIT’de bir konferansa katıldım.

Liseyi zar zor bitirdim, yine de en prestijli okullardan birindeydim.

Zihinsel dayanıklılığı tartışmak için bir araya gelmiştik.

Tartışmanın bir noktasında saygın bir MIT profesörü şöyle dedi:

Hepimizin genetik sınırlamaları vardır.

Zihinsel olarak ne kadar güçlü olursak olalım yapamayacağımız bir genetik tavan vardır. Dedi.

O odadaki herkes kendi gerçeklik versiyonunu kabul ediyor gibiydi çünkü bu kıdemli profesör, zihinsel dayanıklılığı araştırmasıyla biliniyordu.

O zamana kadar sessizdim çünkü etrafım tüm bu akıllılarla çevriliydi.

Ama seyircilerden biri yüzümdeki bakışı fark etti ve kabul edip etmediğimi sordu.

“Bunu araştırmak yerine deneyerek görmek lazım” dedim.

“Söylediklerinizçoğu insan için doğru,

Ama yüzde 100 değil. Her zaman yüzde 1’imiz olacak.

Olasılıklara meydan okumak için işe koyulmaya istekli olan.

Deneyimlerimden, bildiklerimi açıklamaya devam ettim.

Beşinci yüzyılda Pers İmparatorluğu’nda doğmuş bir filozof olan Herakleitos savaş alanındaki erkekler hakkında yazdığında haklıydı.

Her 100 erkekten 10'u orada olmamalıydı.

80'i hedefleri olduğu için savaş alanındalardı.

9'u gerçek savaşçılardılar, ki onlara sahip olduğumuz için çok şanslıyız savaşı yaparlar.

Ve bir savaşçı vardır. İlk nefesini aldığından beri ölmeye hazırdır.

Kendi potansiyelinizi keşfetmeye ve TEK SAVAŞÇI olmaya hak kazanın.

Artık önünüzdeki savaş için kendinizi donatmak size kalmış.

Zihninize hakim olun, bu da cesur bir hayat yaşamak için gereken şeydir.

MIT'deki o profesörler gibi bir dahi değilim ama ben o Tek Savaşçıyım.

Ve okuyacağınız hikaye, benim berbat hayatımın hikayesi.

Kendini sorumlu tut, acıyı geride bırak, korktuğun şeyi sevmeyi öğren, başarısız olmanın tadını çıkar, tam potansiyelinizle yaşayın ve gerçekte kim olduğunuzu öğrenin.

İnsanlar çalışma, alışkanlık ve hikayeler yoluyla değişir. Hikayem aracılığıyla beden ve zihnin neler yapabileceğini öğreneceksin.

Umarım hazırsındır. Kendinle savaşmanın zamanı geldi.

BİRİNCİ BÖLÜM

İSTATİSTİK OLMALIYDIM

Williamsville'deki en geniş, en yeşil çimenliğe açılan bir ön sundurmayı çevreleyen dört kare sütunlu iki katlı, dört yatak odalı beyaz ahşap bir evde yaşıyorduk.

Arkada bir sebze bahçemiz ve 1962 Rolls Royce Silver Cloud, 1980 Mercedes 450 SLC ve garaj yolunda pırıl pırıl yeni 1981 siyah Corvette ile dolu iki arabalık bir garajımız vardı.

Bizi çoğu hafta içi sabah saat 7'de garaj yolunda toplanmış halde görürlerdi. Babam Trunnis Goggins uzun boylu değildi ama yakışıklıydı ve bir boksör gibi yapılıydı. Özel dikim takımlar giymişti, gülümsemesi sıcak ve açıktı. İşe giderken her yönüyle başarılı bir iş adamına benziyordu.

Annem Jackie ince ve güzeldi ve ağabeyim ve ben temiz kesimliydik, kot pantolonlar ve pastel Izod gömlekler giymiştik ve tıpkı diğer

çocuklar gibi sırt çantalıydık. Beyaz çocuklar. Bizim zengin versiyonumuz gibilerdi.

Babam Trunnis kapanan bir fırını satın alıp kaykay pisti yaptırmıştı.

O zamanlar kaykay pistleri revaçtaydı. Ağabeyimle gelir organizasyonu yapardık. Giriş başı 3 dolar paten ücreti ise 0.5 dolar idi.

Annem kasiyerdi. Babam ise organizasyonu tepeden kontrol ederdi DJ'lik yapardı. Babamın tek derdi paraydı.

Dışardan bakılınca Skateland bir aile tarafından işletildiği sanılan bir cazibe merkeziydi.

Ancak babam bütün parayı alırdı bize 5 kuruş vermezdi.

19.00da açılan kaykay parkı 22.00 da kapanırdı. Kenevir kokan bok dolu tuvaletleri ve kaykay pistini temizlerdik.

Daha sonra annem abimle beni yatırırdı. Babam için barda çalışmaya devam ederdi.

(Skateland, David Goggins 6 yaşındayken)

Ebeveynlerimiz kim olursa olsun ve ne yaparlarsa yapsınlar, hepimiz düzgün ayarlanmış bir ahlaki pusula ile doğarız. Altı, yedi ya da sekiz yaşındayken, neyin doğru neyin berbat hissettirdiğini bilirsiniz.

Düşündüğüm bir an hala aklımdan çıkmıyor. O gece, annem beklenmedik bir anda bara gitti ve babamı kendisinden yaklaşık on yaş küçük bir kadınla konuşurken gördü.

İşlerin nasıl yürüdüğünü biliyordu annem. Konuştuğu kız fahişelerden biriydi. Hatta her gece uyuduğumuz Skateland ofisinde bile kızlardan biriyle görmüştü babamı.

Dik dik bakmıştı.

Çünkü bir fahişeye çocuklarının annesinden iyi davranmasına içerlemişti.

O gece annem içeri girdiğinde ben çoktan uyanmıştım. Gülümsedi ama gözlerindeki yaşları fark ettim ve elinden geldiğince şefkatle beni kollarının arasına aldığında nefesindeki viski kokusunu aldığımı hatırlıyorum.

Babam özensiz ve sinirli bir şekilde onun peşinden geldi. Uyuduğum yastığın altından bir tabanca çıkardı (evet, doğru okudunuz, altı yaşında uyuduğum yastığın altında dolu bir tabanca vardı!), bana doğrulttu ve yastığının altına gizlemeden önce gülümsedi.

Bilek kılıfında pantolon paçası. Diğer elinde, yaklaşık 10.000 dolar nakitle dolu iki kahverengi kağıt alışveriş çantası vardı. Şimdiye kadar tipik bir geceydi.

Trunnis, özellikle toplum içinde annem tarafından dik dik bakılmasından hoşlanmıyordu.

“Bu kemer seni kırbaçlamak için ta Teksas’tan geldi,” dedi sakince. Sonra sallamaya başladı. Kafasına mermer bir şamdan fırlattı. Eğildi ve duvara çarptı.

Banyoya koştu, kapıyı kilitledi ve tuvalete sindi. Kapıyı tekmeledi ve ona sert bir şekilde ters vuruş yaptı. Kafası duvara çarptı. Saçından bir avuç tutup onu koridorda sürüklediğinde, bilinci zar zor yerindeydi.

O zamana kadar erkek kardeşim ve ben şiddeti duymuştuk ve onu merdivenlerden birinci kata kadar sürüklediğini, ardından elinde kemerle üzerine çömeldiğini izledik.

Şakağından ve dudağından kan akıyordu ve kanının görüntüsü bende bir fitil ateşledi.

O ANDA NEFRETİM KORKUMU YENDİ.

Aşağıya koştum ve sırtına atladım minik yumruklarımı gözüne geçirdim. Onu hazırlıksız yakalamıştım ve tek dizinin üzerine çöktü.

“Anneme vurma!” Bağırdım. Beni yere fırlattı, elinde kemerle bana doğru yürüdü, sonra anneme döndü.

“Bir gangster yetiştiriyorsun,” dedi yarı gülümseyerek.

Kemerini bana sallamaya başladığında top gibi kıvrıldım. Annem ön kapının yanındaki kontrol paneline doğru emeklerken sırtımda morlukların yükseldiğini hissedebiliyordum.

Panik düğmesine bastı ve ev alarm içinde patladı. Babam donup kaldı, tavana baktı, alnını sildi, derin bir nefes aldı, kemerini bağladı ve tüm

o kötülük ve nefreti üzerinden atmak için yukarı çıktı. Polis yoldaydı ve o bunu biliyordu.

Annemin rahatlaması kısa sürdü. Polisler geldiğinde, Trunnis onları kapıda karşıladı. Omzunun üzerinden, birkaç adım arkasında duran, yüzü şişmiş ve kurumuş kanla kaplanmış anneme baktılar. Ama o günler farklıydı.#metoo (kadına şiddet ve tacize karşı başlatılan hareket) yoktu.

Ve onu görmezden geldiler. Trunnis onlara hiçbir şeyin olmadığını söyledi.

Babam onları arabalarına götürürken polis de babamla birlikte kıkırdadı.

Sonraki yıl, programımız pek değişmedi annem dayak yemeye devam etti.

Annem izci olmak istediğimi biliyordu, bu yüzden beni yerel bir birliğe kaydettirdi. Bir cumartesi o lacivert Cub Scout üniformasını taktığımı hâlâ hatırlıyorum.

Üniforma giymekten gurur duydum ve en azından birkaç saatliğine normal bir çocukmuşum gibi davranabileceğimi biliyordum.

İşte o zaman babam Vermillion Room'dan eve geldi.

"Siz ikiniz nereye gidiyorsunuz?" Bana ters ters baktı. Yere baktım. Annem boğazını temizledi.

"David'i ilk Yavru İzci toplantısına götürüyorum," dedi yumuşak bir sesle.

“Sen ne ayaksın?” “Piste gidiyoruz.” dedi.

O gün binlerce dolar kumarda kaybetti ve onun öfkesini bizden çıkardı.

Dikiz aynasında gözlerime takıldı.

“Söyleyecek bir şeyin mi var?!”

“Zaten piste gitmemeliydik,” dedim.

Ağabeyim döndü ve bana lanet olası aklımı kaybetmişim gibi baktı. Annem oturduğu yerde kıvranıyordu.

“Bunu bir kez daha söyle.”

Sözleri ağır ağır geliyordu, korkudan damlıyordu. Tek kelime etmedim, bu yüzden beni tokatlamak için koltuğun arkasına uzanmaya başladı. Ama ben çok küçüktüm, saklanması kolaydı.

Araba bana doğru yarı dönerken havayı yumruklayarak sola ve sağa saptı. Bana zar zor dokunmuştu, bu da ateşini körüklemekten başka işe yaramadı. O nefesini tutana kadar sessizce arabayı sürdük.

“Eve vardığımızda kıyafetlerini çıkaracaksın,” dedi.

Ciddi bir dayak atmaya hazır olduğunda ve bundan kaçış olmadığında böyle derdi. Bana söyleneni yaptım. Yatak odama gittim ve kıyafetlerimi çıkardım, koridordan odasına yürüdüm, arkamdan kapıyı

kapattım, ışıkları söndürdüm, sonra bacaklarımı sarkıtarak yatağın köşesine uzandım, gövdem onun önünde gerildi.

Ben ve kıçım açığa çıktı. Protokol buydu ve bunu maksimum psikolojik ve fiziksel acı için tasarlamıştı.

Dayaklar genellikle acımasızdı, ancak beklenti en kötü kısımdı. Arkamdaki kapıyı göremiyordum ve acele etmeden korkumun artmasına izin verdi.

Kapıyı açtığını duyduğumda paniğim tavan yaptı. O zaman bile oda o kadar karanlıktı ki çevresel görüşümle pek bir şey göremiyordum ve kemeri tenime değene kadar ilk tokat için hazırlanamıyordum. Asla sadece iki ya da üç kez vurmazdı. Belirli bir sayı yoktu, bu yüzden ne zaman duracağını ya da duracağını asla bilemedik.

Bu dayak dakikalarca sürdü. Kıçıma vurmaya başladı, ama acı o kadar kötüydü ki ellerimle engelledim, bu yüzden aşağı inip kalçalarımı kırbaçlamaya başladı. Ellerimi bacaklarıma indirdiğimde sırtımın alt kısmına doğru savurdu. Bana onlarca kez kemer taktı ve maç bittiğinde nefes nefese kalmıştı, öksürüyordu ve terden sırılsıklam olmuştu. Ben de ağır nefes alıyordum ama ağlamıyordum.

Ayağa kalktım, Şeytan'ın gözlerinin içine baktım, topallayarak odama gittim ve bir aynanın önünde durdum. Boynumdan dizlerimin kıvrımına kadar yara bere içindeydim. Birkaç gün okula gitmedim.

Bir gün okuldan eve korkunç bir kulak ağrısıyla erken geldim ve annemin yatağına uzandım, sol kulağım dayanılmaz bir acıyla zonkluyordu. Her zonklamayla nefretim arttı. Doktora gitmeyeceğimi biliyordum çünkü babama göre sağlık harcamaları gereksizdi.

Yaklaşık yarım saat sonra annem beni kontrol etmek için yukarı geldi ve sırtüstü döndüğümde kanın boynumun yanından aşağı damladığını ve yastığın her yerine bulaştığını gördü.

Beni yataktan kaldırdı, giydirdi ve arabasına binmeme yardım etti ama daha motoru çalıştıramadan babam bizi kovaladı.

“Nereye gittiğini sanıyorsun?!”

“Acil servis,” dedi kontağı çevirirken. Tutamak için uzandı ama önce onu sıyırdı ve onu tozunun içinde bıraktı. Öfkeyle içeri girdi abimle konuşmaya başladı.

“Oğlum, bana bir Johnnie Walker bul!”

Trunnis Jr. İçki barından bir şişe Red Label ve bir bardak getirdi. Döktü, döktü ve babamın atış üstüne vuruşunu izledi. Her biri bir cehennemi körükledi.

“Sen ve David güçlü olmalısınız,” diye övdü. “Bir avuç ibne yetiştirmiyorum!

Ve her küçük ühü aldığında doktora gidersen böyle olursun, anladın mı?” Ağabeyim başını salladı, taşlaşmıştı.

Trunnis Jr. Babamızdan korkuyordu ama aynı zamanda adama tapıyordu ve onun büyüsü altındaydı. İlk doğan oğul olarak ona daha

iyi davranıldı. Trunnis yine ona saldırırdı ama onun çarpık zihninde Trunnis Jr. Onun prensiydi. Trunnis,

“Büyüdüğünde, evinin erkeği olduğunu görmek isteyeceğim,” dedi ona. “Ve bu gece beni bir erkek olarak göreceksin.”

Ön kapıdan geçtikten birkaç dakika sonra, babam annemizi anlamsızca dövdü.

Birkaç gün sonra babam, erkek kardeşim ve benimle mutfak masasında kahvaltı ederken, telefonda bir arkadaşına onun hakkında kötü sözler söylediğini duydu. Bu yaptı. Masaya doğru yürüdü ve “Ben babandan ayrılıyorum. Siz ikiniz kalabilir ya da benimle gelebilirsiniz” dedi.

Babam ve ağabeyim şaşkına dönmüştü, ama ben o sandalyeden sanki alevler içindeymiş gibi fırladım, birkaç siyah çöp torbası aldım ve toplanmaya başlamak için yukarı çıktım. Ağabeyim de sonunda eşyalarını toplamaya başladı. Ayrılmadan önce, dördümüz o mutfak masasında son bir kez görüştük. Trunnis şok ve aşağılamayla dolu bir şekilde anneme baktı.

“Hiçbir şeyin yok ve bensiz bir hiçsin,” dedi. “Eğitimsizsin, ne paran var ne de geleceğin. Bir yıl içinde fahişe olacaksın.” Durakladı, sonra odağını kardeşime ve bana çevirdi. “Siz ikiniz büyüyünce ibne olacaksınız. Ve sakın geri dönmeyi düşünme Jackie. Siz gittikten beş dakika sonra yerinize başka bir kadın getireceğim.”

Başıyla onayladı ve ayağa kalktı. Ona gençliğini, ruhunu vermişti ve sonunda işi bitmişti. Geçmişinden olabildiğince azını topladı. Vizon paltoları ve elmas yüzükleri bıraktı. Onları ilgilendiği kadarıyla fahişe kız arkadaşına verebilirdi.

Annemin sahip olduğu ama hiç binemediği volvosuna bindik.

Babamın bizi takip etme ihtimaline karşın hiç bilmediğimiz bir toprak yoldan gitmeye başladık.

Annem annesinin yanına geri dönecekti.

Ancak araba yolda bozuldu annem çok fazla panik yapmıştı.

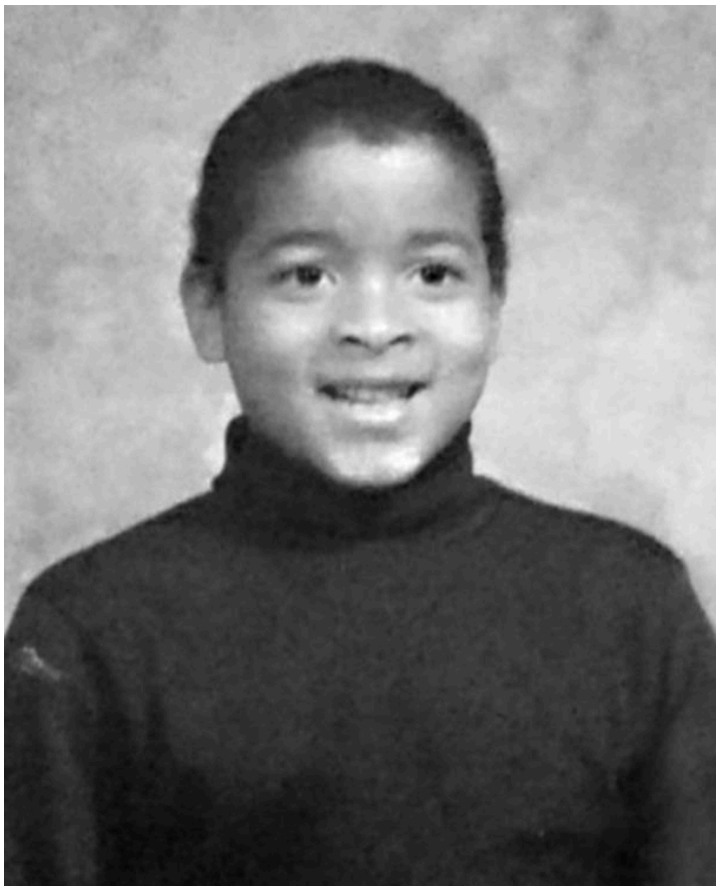
Araba yapılana kadar bir bayide kaldık. Çaresizliğin vücut bulmuş halleriydik.

Bütün gece araba sürdük, sekiz saat sonra büyükbabamın Indiana'daki evine vardık. Annem şafaktan önce eski ahşap evlerinin yanına park ederken ağladı ve nedenini anladım.

Hâlâ sadece sekiz yaşındaydım ama şimdiden hayatın ikinci aşamasındaydım. O küçük, kırsal, Güney Indiana kasabasında bizi neyin beklediğini bilmiyordum ve pek umurumda da değildi. Tek

bildiğim cehennemden kaçtığımız ve hayatımda ilk kez Şeytan'dan kurtulduğumuzdu.

(Indiana, 8 yaşında)



Yıl bitmeden ikinci sınıf seviyesinde okuyabiliyordum. Trunnis Jr. Neredeyse hiç uyum sağlamamıştı. Birkaç ay içinde Buffalo'ya geri döndü, babamı takip etti ve o Skateland detayında hiç ayrılmamış gibi çalıştı.

Her gece binlerce kazanan babam, çocuk nafakası için ara sıra üç veya dört haftada bir (eğer öyleyse) 25 dolar gönderirken, annem büyük mağazadaki işinden ayda birkaç yüz dolar kazandı.

3. Sınıfta ise herkesin çok gerisindeydim. Sınıftaki en aptal ve tek zenci çocuk olduğunuzu düşünün.

Doktor dikkat eksikliği teşhisi koymuştu.

Maruz kaldığım fiziksel ve duygusal istismar türünün küçük çocuklar üzerinde bir dizi yan etkisi olduğu kanıtlanmıştır çünkü ilk yıllarımızda beyin çok hızlı büyür ve gelişir. O yıllarda, babanız evindeki herkesi yok etmeye kararlı kötü bir orospu çocuğuysa, stres yükselir ve bu yükselmeler yeterince sık meydana geldiğinde çocukları kalıcı bir "savaş ya da kaç" moduna sokar. Savaş ya da kaç, tehlikede olduğunuzda harika bir araç olabilir çünkü sizi beladan kaçmak ya da beladan kaçmak için güçlendirir, ancak bununla yaşamanın bir yolu yoktur.

Her şeyi bilimle açıklamaya çalışan bir adam değilim ama gerçekler gerçeklerdir. Bazı çocuk doktorlarının toksik stresin çocuklara çocuk felci veya menenjitten daha fazla zarar verdiğini okudum. Öğrenme güçlüğüne ve sosyal kaygıya yol açtığını ilk elden biliyorum çünkü doktorlara göre dil gelişimini ve hafızayı sınırlıyor, bu da en yetenekli öğrencinin bile öğrendiklerini hatırlamasını zorlaştırıyor.

Uzun oyuna bakıldığında, benim gibi çocuklar büyüdüklerinde, sigara, alkolizm ve uyuşturucu kullanımı bir yana, klinik depresyon, kalp hastalığı, obezite ve kanser riskiyle karşı karşıya kalıyorlar. İstismarcı ailelerde yetişenlerin çocukken tutuklanma olasılığı yüzde 53 oranında artıyor. Bir yetişkin olarak şiddet içeren bir suç işleme ihtimalleri yüzde 38 artıyor.

.....

Indiana'da ki ilk yıllarım bok gibiydi.

GÖREV 1

Hayata kötü kartlarla başladım ve bir süre bende kaldılar.

Senin kötü şartların nelerdi?

Büyürken ne tür saçmalıklarla uğraştın?

Dövüldün mü? İstismar mı?

Zorbalığa uğradın mı? Hiç güvensiz hissettin mi?

Belki de sınırlayıcı faktör, çok destekli ve rahat büyümüş olman, kendini hiç zorlamamış olmandır?

Büyümeni ve başarını sınırlayan mevcut faktörler nelerdir?

İş yerinde veya okulda önüne çıkan biri mi var?

Fırsatlar için yeterince takdir edilmiyor ve göz ardı mı ediliyorsun?

Şu anda karşı karşıya olduğun olasılıklar nelerdir?

Kendi yolunda mı duruyorsun?

Günlük al veya bir not uygulamasına gözünün yaşına bakmadan yaz bunları.

Bak ben bütün kirli çamaşırlarımı döktüm ortaya.

Sende kendi hikayeni yaz.

Kendini analiz edip bugüne kadar yaşadıklarını yazmanı istiyorum.

BÖLÜM 2

GERÇEK ACITIR

WILMOTH IRPING YENİ BİR BAŞLANGIÇ OLDU. Annemle tanışıp telefon numarasını isteyene kadar, bildiğim tek şey sefalet ve mücadeleydi.

Ben dördüncü sınıftayken, Indianapolis'ten başarılı bir marangoz ve genel müteahhit olan Wilmoth ile tanıştı. Onun kolay gülümsemesi ve rahat tarzı onu cezbetti. İçinde şiddet yoktu.

Birlikteyken gülüyordu annem. Gülümsemesi parlak ve gerçekti. Biraz daha dik durdu. Ona gurur verdi ve kendini yeniden güzel hissetmesini sağladı.

Bana gelince, Wilmoth sağlıklı bir baba figürüne hiç olmadığı kadar yakınlaştı. Beni şımartmadı. Bana beni sevdiğini söylemedi. Basketbol, ilkokuldan beri bir saplantımdı. En iyi arkadaşım Johnny Nichols ve Wilmoth ile olan ilişkimin özü buydu. O ve ben sahaya her zaman birlikte çıktık.

Bana hareketler gösterirdi, savunma disiplinimi ayarladı ve bir şut geliştirmeme yardım etti. Üçümüz birlikte doğum günlerini ve tatilleri kutladık ve sekizinci sınıftan önceki yaz, tek dizinin üstüne çöktü ve annemden bunu resmileştirmesini istedi.

Wilmoth Indianapolis'te yaşıyordu ve planımız ertesi yaz onun yanına taşınmaktı. Trunnis kadar zengin olmasa da iyi para kazanıyordu ve yeniden şehir hayatını dört gözle bekliyorduk

63

Henüz tam zamanlı olarak Indy'ye taşınmamıştık ve o Noel'i geçirmiştik

Brezilya'daki büyükanne ve büyükbabamın evindeydik.

(Çevirenin notu: Ülke olan Brezilya değil, Amerikada Indıana'da ufak bir yerleşim yeri olan Brazil. Google'dan bakın daha iyi anlayacaksınız.)

Erkekler liginde bir basketbol maçına gitmişti ve beni bir defasında yedek oyuncu olarak davet etmişti.

O kadar heyecanlıydım ki bavullarımı iki gün erken toplamıştım ama bu sabah bana gelemeyeceğimi söyledi.

"Bu sefer seni burada tutacağım, Küçük David," dedi.

Başımı eğdim ve iç çektim. Üzgün olduğumu anladı ve beni rahatlatmaya çalıştı.

"Annen birkaç gün içinde gelecek ve sonra top oynayabiliriz."

Bu onu son görüşümdü.

Planlandığı gibi o gece erkekler ligi maçında oynadı ve eve tek başına gitti.

Wilmoth'un beyaz aslan figürlü bir evi vardı. Onu saatlerdir gözetliyorlar, kapının açılmasını bekliyorlardı ve o sürücü kapısından dışarı çıkarken gölgelerin arasından çıkıp yakın mesafeden ateş ettiler. Göğsünden beş el ateş edilmiş. Garajının zeminine düştüğünde, silahlı adam onun üzerinden atladı ve tam gözlerinin arasına öldürücü bir atış yaptı.

Wilmoth'un babası birkaç blok ötede yaşıyordu ve ertesi sabah beyaz aslanların yanından geçerken oğlunun garaj kapısının açık olduğunu fark etti ve bir şeylerin ters gittiğini anladı. Garaj yolundan yukarı yürüdü ve ölü oğlunu gördü.

Wilmoth sadece kırk üç yaşındaydı.

Birkaç dakika sonra Wilmoth'un annesi aradığında hâlâ büyükannemin evindeydim. Telefonu kapattı ve haberi vermem için yanına gelmemi işaret etti. Annemi düşündüm. Wilmoth onun kurtarıcısı olmuştu.

Wilmoth'tan haber alamadığı için zaten çılgına dönen annemi bulmak için evimize gittik. Biz gelmeden hemen önce onu bir dedektif aradı.

İlk başta bize inanmadı. Wilmoth bir şakacıydı ve bu tam da başarmaya çalışabileceği türden berbat bir numaraydı. Sonra onun iki ay önce vurulduğunu hatırladı.

Bunu yapanların onun peşinde olmadığını ona söylemişti. O mermilerin başka biri için olduğunu ve onu sadece sıyırdıkları için her şeyi unutmaya karar verdi. O ana kadar Wilmoth'un bir sırrı olduğundan şüphelenmemişti.

Sokak hayatı hakkında hiçbir şey bilmiyordu ve polis onun tam olarak neden vurulup öldürüldüğünü hiçbir zaman öğrenemedi.

Vardığımızda, evi boktan bir Noel hediyesi gibi sarı polis bandıyla sarılıydı. Bu şaka değildi. Annem park etti, bandın altına daldı ve ben de onun hemen arkasından ön kapıya kadar takip ettim. Yolda, Wilmoth'un öldürüldüğü sahneyi görmek için soluma baktığımı

hatırlıyorum. Soğuk kanı hâlâ garaj zemininde birikmişti. Aktif bir suç mahallinde dolaşan on dört yaşında bir çocuktum ama hiç kimse, ne annem, ne Wilmoth'un ailesi, hatta polis bile benim orada olmamdan, müstakbel üvey babamın cinayetinin ağır havasını çekmemden rahatsız görünmüyordu.

Wilmoth'u gömdükten birkaç gün sonra ve yeni yıldan hemen sonra Brezilya, Indiana'da bir okul otobüsüne bindim. Hala yas tutuyordum ve başım dönüyordu çünkü annem ve ben planlandığı gibi Brezilya'da mı kalacağımıza yoksa Indianapolis'e mi taşınacağımıza karar vermemiştik. Biz belirsizlik içindeydik ve o şok halinde kaldı. Hala Wilmoth'un ölümü üzerine ağlamamıştı.

Bunun yerine duygusal olarak yeniden boşaldı. Sanki hayatında yaşadığı tüm acılar, içinde kaybolduğu açık bir yara olarak yeniden su yüzüne çıkmış gibiydi ve bu boşlukta ona ulaşan hiçbir şey yoktu.

Çoğu gün okula otobüsle gidiyordum ve geri döndüğüm ilk gün, bir yıl öncesine ait gömdüğüm bir hatırayı üzerimden atamıyordum. O sabah, her zamanki gibi sokağa bakan sol arka lastiğin üstündeki bir koltuğa kaydım.

Okula vardığımızda otobüs kaldırıma yanaştı, inmek için önümüzde kilerin hareket etmesini beklememiz gerekti. Bu sırada yanımıza bir araba yanaştı ve sevimli, aşırı istekli küçük bir çocuk bir tabak kurabiyeyle otobüsümüze doğru koştu. Şoför onu görmedi. Otobüs öne doğru fırladı.

Aniden kan pencereme sıçramadan önce annesinin yüzündeki endişeli ifadeyi fark ettim. Annesi korku içinde uludu. Artık aramızda değildi. Saçını kelimenin tam anlamıyla köklerinden çekerken, vahşi, yaralı bir hayvan gibi görünüyordu ve ses çıkardı. Kısa süre sonra sirenler

uzaktan uludu ve her saniye daha yakından çığlık attı. Küçük çocuk yaklaşık altı yaşındaydı. Kurabiyeler sürücü için bir hediyeydi.

Hepimizin otobüsten indirilmesi emredildi ve trajedinin yanından geçerken, nedense buna insan merakı deyin, karanlığın karanlığa manyetik çekimi deyin, otobüsün altına baktım ve onu gördüm. Kafası neredeyse kağıt kadar düzdü, beyni ve kanı arabanın altında kullanılmış yağ gibi birbirine karışmıştı.

Tam bir yıl boyunca bu görüntüyü bir kez bile düşünmemiştim ama Wilmoth'un ölümü onu yeniden uyandırdı ve şimdi tek düşünebildiğim buydu. Solgunluğun ötesindeydim. Benim için hiçbir şey önemli değildi. Dünyanın insan trajedileriyle dolu olduğunu ve beni yutana kadar sürüklenmeye devam edeceğini bilecek kadar çok şey görmüştüm.

Artık yatakta uyuyamazdım. Annem de yapamazdı. Koltuğunda televizyon açıkken ya da elinde bir kitapla uyudu. Bir süre geceleri yatakta kıvrılmaya çalıştım ama her zaman yerde cenin pozisyonunda uyanırdım.

Yeni bir başlangıca şiddetle ihtiyaç duyan iki kişiydik, bu yüzden Wilmoth olmadan bile Indianapolis'e taşındık. Annem beni şehrin göbeğindeki özel bir üniversite hazırlık akademisi olan Katedral Lisesi'ne giriş sınavları için ayarladı. Her zamanki gibi hile yaptım ve zeki bir orospu çocuğunu da kurtardım. Birinci sınıftan önceki yaz, kabul mektubum ve ders programım postayla geldi.

Kopya çekerek yolumu hackledim ve tüm eyaletteki en iyi birinci sınıf takımlarından biri olan basketbol takımına girmeyi başardım. Gelecekte birkaç kolej oyuncumuz vardı ve ben oyun kurucu olarak

başladım. Bu bir güven artışıydı, ancak akademik bir sahtekar olduğumu bildiğim için üzerine inşa edebileceğim türden bir şey değildi.

Artı, okul anneme çok pahalıya mal oldu, bu yüzden Katedral'de sadece bir yıl geçirdikten sonra fişi çekti

İkinci yılıma, siyahların çoğunlukta olduğu bir mahallede 4.000 çocuğu olan bir devlet okulu olan North Central Lisesi'nde başladım.

İkinci yılım tamamen havalı olmakla ilgiliydi. Hip hop kültüründen giderek daha fazla etkilenen gardırobumu değiştirdim ve çete üyeleri ve diğer sınırda olan suçlularla takıldım, bu da her zaman okula gitmediğim anlamına geliyordu. Bir gün annem gün ortasında eve geldi ve beni "on haydut" olarak tanımladığı kişiyle yemek masasının etrafında otururken buldu. Yanılmıyordu. Birkaç hafta içinde bizi topladı ve Brezilya, Indiana'ya geri götürdü.

O gün okula beş beden büyük gelen ve çok aşağı sarkan pantolonlar giyerek girdim. Ayrıca yana eğik, geriye dönük şapkalı büyük beden bir Chicago Bulls Ceketi giydim.

Saniyeler içinde tüm gözler üzerimdeydi. Öğretmenler, öğrenciler ve idari personel bana egzotik bir türmüşüm gibi bakıyorlardı. Birçoğunun gerçek hayatta gördüğü ilk haydut zenci çocuktum.

Ama bu bir yalandı. Her türden ukala davrandım ve girişim çok küstahtı, ama oraya geri dönerken kendimi çok güvensiz hissettim.

Brezilya'nın taşra yollarında tam olarak tipik olmayan giysiler. Birkaç saat içinde yedi mil yürüdük ve bir kamyonet asfalttan bize doğru zıplayarak geldi. Geçmesine izin vermek için yolun kenarına yanaştık ama yavaşladı ve yanımızdan geçerken, takside iki genç ve kamyonun kasasında duran üçüncü birini görebildik. Yolcu işaret etti ve açık penceresinden bağırdı.

“Zenciler!”

Aşırı tepki vermedik. Başımızı yere eğdik ve aynı hızda yürümeye devam ettik, ta ki o sırılsıklam kamyonun bir çakıl yamacında durup bir toz fırtınası başlattığını duyana kadar. İşte o zaman döndüm ve pasaklı görünüşlü bir cahil yolcunun elinde bir tabancayla kamyonun kabininden çıktığını gördüm. Bana doğru yürürken kafama nişan aldı.

“Sen nerelisin ve neden bu lanet yerdesin?”

Ben silahlı adamla göz göze gelip hiçbir şey söylemezken Damien yolda yavaşladı. Bana iki adım yaklaştı. Şiddet tehdidi bundan daha gerçek olamaz. Tüylerim diken diken oldu ama kaçmayı ya da sinmeyi reddettim. Birkaç saniye sonra kamyona geri döndü ve hızla uzaklaştılar.

Bu kelimeyi ilk duyuşum değildi. Bundan kısa bir süre önce Pizza Hut’ta Johnny ve aralarında sevdiğim bir esmer olan Pam adında birkaç kızla takılıyordum. O da benden hoşlandı ama biz hiç harekete geçmedik. Biz birbirimizin arkadaşlığından zevk alan iki masumduk ama babası onu eve götürmek için geldiğinde bizi gördü ve Pam onu görünce yüzü bembeyaz oldu.

Kalabalık restorana daldı ve tüm gözler üzerimizde bize doğru yürüdü.

Bana hiç hitap etmedi. Sadece gözlerini onunla kilitledi ve

“Seni bir daha bu zenciyle otururken görmek istemiyorum.” dedi

Ben felçli bir şekilde yere bakarken yüzü utançtan kıpkırmızı olmuştu. Hayatımın en küçük düşürücü anıydı ve silah olayından çok daha fazla canımı yaktı çünkü bu olay herkesin içinde olmuştu ve söz yetişkin bir adam tarafından söylenmişti.

.....

Bir sabah, okul yılının yaklaşık yarısında, İspanyolca sınıfına girdim ve çalışma kitabımı arkadaki bir dolaptan aldım.

O sınıfta her birimizin kendine ait bir çalışma kitabı vardı ve benim adım başlık sayfasının sağ üst köşesine kurşun kalemle yazılmıştı. Benim olduğunu böyle anladılar. Onun altına, birisi ilmikle benim resmimi çizmişti.

Onun altında kelimeler vardı.

Zenci seni öldüreceğiz!(Nigga yerine niger yazıyorlar.)

Elimde defterle sınıftan çıktım ve müdürün odasına doğru fırladım. O kadar öfkeliydim ki resepsiyonda bile durmadım. Doğruca ofisine girdim ve kanıtları masasının üzerine bıraktım.

“Bu saçmalıktan bıktım” dedim.

Kirk Freeman o zamanlar müdürdü ve bu güne kadar hala masasından başını kaldırıp gözlerimde yaşlar gördüğünü hatırlıyor.

Müdür Freeman'ın gözlerindeki bakıştan, yaşadıklarım için kendini kötü hissettiğini anlayabiliyordum, ama o bir kayıptaydı. Bana nasıl yardım edeceğini bilmiyordu. Bunun yerine çizimi ve mesajı uzun bir süre inceledi, sonra bilge sözleriyle beni teselli etmeye hazır bir şekilde gözlerini benimkilere kaldırdı.

"David, bu tamamen cehalet," dedi. "Zenciyi nasıl heceleyeceklerini bile bilmiyorlar."

Hayatım tehdit edilmişti ve elinden gelenin en iyisi buydu. Ofisinden ayrılırken hissettiğim yalnızlık asla unutamayacağım bir şey. Koridorlarda bu kadar çok nefretin aktığını ve tanımadığım birinin bile ten rengimden dolayı ölmemi istediğini düşünmek ürkütücüydü.

O yılın sonunda on altı yaşıma bastım ve büyükbabam bana kullanılmış, kahverengi bir Chevy Citation aldı. Arabayla okula gittiğim ilk sabahlardan biri, birisi şoför tarafımın kapısına "zenci" kelimesini spreyle boyadı.

Bu sefer doğru hecelediler ve Müdür Freeman yine söyleyecek söz bulamıyordu. O gün içimde çalkalanan öfke tarif edilemezdi ama dışarıya yansımadı. Beni içten içe yıktı çünkü ne yapacağımı ya da bu kadar duyguyu nereye yönlendireceğimi henüz öğrenememiştim.

Herkesle mi savaşacaktım? Üç kez kavga ettiğim için okuldan uzaklaştırılmıştım ve şimdiye kadar neredeyse uyuşmuştum.

Acıyla doluydum, gerçek bir amacım yoktu ve uzaktan izliyor olsaydın, her türlü başarı şansından vazgeçmiş gibi görünürdüm. Ama tüm umudumu yitirmemiştim. Bir hayalim daha kaldı.

Hava Kuvvetlerine katılmak istiyordum.

Büyükbabam otuz yedi yıldır Hava Kuvvetleri'nde aşçıydı ve hizmetinden o kadar gurur duyuyordu ki, bu gurur düzeyi, Hava Kuvvetlerinin sivil yardımcısı olan Sivil Hava Devriyesine katılmam için bana ilham verdi. Haftada bir kez buluştuk, düzen içinde yürüdük ve Hava Kuvvetlerinde mevcut olan çeşitli işleri subaylardan öğrendik.

Paraşütle atlayış yapanlardan büyülendim. Scott Gearen diye bir paraşütcünün hikayesini anlattılar.(Bu adama bakın mutlaka.)

Bir gün standart bir hava tatbikatındayken arka arkaya 2 asker atlıyor. Biri hâlâ serbest düşüşte iken diğeri paraşütü açıyor.

Serbest düşüşte olan paraşütlü Scott Gearen'a çarpıyor. Scott havadayken baygınlık geçirip kilometrelerce yüksekten yere çakılıyor.

Baygın halde olduğundan olsa gerek vücudu tek parça halinde yere çakılıyor.

Ameliyat esnasında 2 kez ölen Gearen sonunda hayata döndürüyor ve 18 ay sonra tıbba meydan okuyarak iyileşiyor.

Yıllarca bu hikayeye takıntılıydım çünkü o imkansızı atlatmıştı ve hayatta kalması bende yankı uyandırdı.

Gearen, sizi öldürmeyen her şeyi aşmanın mümkün olduğunun canlı bir kanıtıydı ve onun konuşmasını duyduğum andan itibaren, mezun olduktan sonra Hava Kuvvetleri'ne katılacağımı biliyordum.

İki olay beni tersine ikna etti ve değişmem için bana ilham verdi.

İlki, üçüncü yılımda Silahlı Hizmetler Mesleki Yetenek Batarya testinde (ASVAB) başarısız olduğum zamandı. ASVAB, SAT'lerin silahlı kuvvetler versiyonudur. Bu, ordunun sizin mevcut bilginizi ve gelecekteki öğrenme potansiyelinizi aynı anda değerlendirmesine izin

veren standartlaştırılmış bir testtir ve ben bu sınava en iyi yaptığım şeyi yapmak için hazırlandım: kopya çekmek.

Yıllardır her sınıfta, her sınavda kopya çekiyordum ama ASVAB için yerime oturduğumda sağımda ve solumda oturanların benden farklı testler yaptığını görünce şok oldum.

Tek başıma gitmek zorunda kaldım ve olası 99 puan üzerinden 20 puan aldım. Hava Kuvvetlerine kabul edilmek için mutlak minimum standart sadece 36'dır ve oraya bile gidemedim.

İkincisi, okulun üçüncü sınıftan sonraki yaz için izin vermesinden hemen önce bir posta damgasıyla geldi. Annem, Wilmoth'un öldürülmesinden sonra hâlâ duygusal kara deliğindeydi ve başa çıkma mekanizması mümkün olduğu kadar çok şeyi üstlenmekti. DePauw Üniversitesi'nde tam zamanlı çalıştı ve Indiana Eyalet Üniversitesi'nde gece dersleri verdi çünkü düşünecek kadar uzun süre koşuşturmayı bırakırsa hayatının gerçekliğini anlayacaktı.

Eve F ve D notları getiriyordum. Mürekkebi değiştirmek için iki saat harcadık. F'leri B'lere ve D'leri C'lere çevirdik ve tüm bu süre boyunca gülüyorduk. Aslında sahtemi gösterebildiğim için sapkın bir gurur duyduğumu hatırlıyorum.

O gece duş aldıktan sonra paslanmış banyo aynamızın buharını silip iyice baktım. Karşıdan baktığını gördüğüm kişiden hoşlanmadım. Amacı ve geleceği olmayan düşük bütçeli bir hayduttum. O kadar tiksindim ki o orospu çocuğunun suratına yumruk atmak ve camları kırmak istedim.

Bunun yerine düzelmeye bir yerlerden başlamaya karar verdim.

Bak," dedim. "Hava Kuvvetlerinin neden senin serserini istediğini düşünüyorsun?

Eşek? Ne için yaşıyorsun? "Sen bir utanç kaynağısın."

Tıraş kremine uzandım, yüzüme ince bir kat sürdüm.

Yeni bir tıraş bıçağını açtım ve tıraş olurken konuşmaya devam ettim.

"Aptalın tekisin. Üçüncü sınıf öğrencisi gibi okuyorsun.

Şaka gibisin! Hayatında basketbol dışında hiçbir şey için çok uğraşmadın ve bir hedefin yok. Bu çok komik."

Yanaklarımdaki ve çenemdeki şeftali tüylerini tıraş ettikten sonra saç derimi köpürttüm.

Bir değişim kaçınılmazdı. Yeni biri olmak istedim. "Askerde pantolonunun sarktığını görmüyorsun. Gangster olmak isteyen biri gibi konuşmayı bırakmalısın. Bu saçmalıkların hiçbiri onu kesmeyecek!

Artık büyüme zamanı geldi!"

"Sıra sende," dedim. "Evet, her şeyin boktan olduğunu biliyorum.

Neler yaşadığını biliyorum. Ben de oradaydım kaltak! Mutlu Noeller. Kimse kıçını kurtarmaya gelmeyecek. Ne annen ne de Wilmoth.

HİÇ KİMSE SENİ KURTARMAYA GELMEYECEK.

Konuşmamı bitirdiğimde, temiz traş olmuştum.

Su kafa derimde inci gibi akıyor, alnımdan akıyor ve burnumun köprüsünden aşağı damlıyordu.

Farklı görünüyordum ve ilk defa kendimi sorumlu tutuyordum.

Yıllarca bende kalan yeni bir ritüel doğdu. Notlarımı yükseltmeme, zavallı kıçımı şekle sokmama ve mezuniyetimi tamamlayıp Hava Kuvvetlerine girmeme yardım edecekti.

Ritüel basitti. Her gece yüzümü ve saç derimi tıraş eder, yüksek sesle konuşur ve gerçekçi olurdum.

Çünkü her gün kendimi belirlediğim hedeflere karşı sorumlu tutuyordum. İlk başta hedeflerim, görünüşümü şekillendirmek ve tüm işlerimi yorulmadan yapmaktı.

Yatağınızı her gün askerdeymiş gibi yap!

Pantolonunu giy!

Her gece kafanı tıraş et!

Çimleri kes!

Tüm bulaşıkları yıka!

Aynaya baktığında şişman bir insan görürsen, kendinize birkaç kilo vermen gerektiğini söyleme. Doğruyu söyle. Şişmansın! Sorun değil. Şişmansan sadece şişman olduğunu söyle.

Her gün gördüğün kirli ayna sana her seferinde doğruyu söyleyecek, öyleyse neden hala kendine yalan söylüyorsun?

Birkaç dakika daha iyi hissedip aynı kalabilmen için mi? Eğer şişmansan, şişman olduğun gerçeğini değiştirmelisin çünkü bu çok sağlıksız. Biliyorum çünkü orada bulundum.

Kimse acı gerçeği duymaktan hoşlanmaz.

Bireysel olarak ve kültür olarak, en çok duymamız gereken şeylerden kaçınırız.

Bu dünya berbat, toplumumuzda büyük sorunlar var.

Kendimizi hâlâ ırksal ve kültürel çizgilere göre ayırıyoruz ve insanların bunu duymaya cesareti yok!

Gerçek şu ki, ırkçılık ve bağnazlık hala var ve bazı insanlar o kadar ince derili ki bunu kabul etmeyi reddediyorlar.

Bugüne kadar, Brezilya'da birçok kişi ırkçılık olmadığını iddia ediyor.

Lisedeki son yılımda, umursadığım tek şey çalışmaktı.

Basketbol oynamak ve ders çalışmak ve kendime hesap verdiğim aynaydı.

Şafaktan önce uyandım ve çoğu sabah okuldan önce sabah 5'te ağırlıkları vurmak için gyme gitmeye başladım.

Her zaman koştum, genellikle hava karardıktan sonra yerel golf sahasının etrafında. Bir gece on üç mil koştum – hayatım boyunca koştuğum en yüksek mesafe oldu.

O koşuda tanıdık bir kavşağa geldim. O cahilin bana silah çektiği caddenin aynısıydı.

Ondan kaçındım ve bir şey bana geri dönmemi söyleyene kadar ters yönde yarım mil kat ederek koşmaya devam ettim.

O kavşağa ikinci kez geldiğimde durdum ve düşündüm.

O sokaktan bok gibi korkuyordum, kalbim göğsümden fırlıyordu, işte bu yüzden birdenbire lanet olası gırtlağına hücum etmeye başladım.

Saniyeler içinde, iki hırlayan köpek serbest kaldı ve orman her iki taraftan da eğilirken beni kovaladı.

Canavarlardan bir adım önde olmak için yapabileceğim tek şey buydu. O kamyonun yeniden ortaya çıkmasını ve 1965 dolaylarında Mississippi'den bir sahne gibi beni ezip geçmesini bekledim ama nefesim kesilene kadar daha hızlı ve daha hızlı koşmaya devam ettim.

Sonunda cehennemin köpekleri pes etti ve uzaklaştı ve sadece ben, nefesimin ritmi ve buharı ve o derin kır sessizliği vardı.

Arkamı döndüğümde korkum gitmişti. O lanet sokağın sahibi bendim.

O andan itibaren, kendimi rahatsızlığa özlem duymak için beynimi yıkadım.

Yağmur yağıyorsa koşarak giderdim.

Ne zaman kar yağmaya başlasa, aklım, lanet olası koşu ayakkabılarını giy, derdi.

Bazen korktum ve Hesap Verebilirlik Aynasında bununla uğraşmak zorunda kaldım.

Ama o aynayla yüzleşmek, kendimle yüzleşmek beni rahatsız edici deneyimlerle savaşmaya motive etti ve sonuç olarak daha sert oldum. Sert ve esnek olmak, hedeflerime ulaşmama yardımcı oldu.

Hiçbir şey benim için öğrenmek kadar zor değildi.

Mutfak masası tüm gün, tüm gece çalışma salonum oldu.

ASVAB'da ikinci kez başarısız olduktan sonra annem Hava Kuvvetleri konusunda ciddi olduğumu fark etti ve öğrenmek için kullanabileceğim bir sistem bulmama yardım eden bir öğretmen buldu.

Bu sistem ezberdi. Sadece birkaç nota karalayıp bunları ezberleyerek öğrenemezdim.

Bir ders kitabı okumak ve her sayfasını not defterime yazmak zorunda kaldım.

Sonra ikinci ve üçüncü kez tekrar yaptım.

Bilgi zihnimin aynasına böyle yapıştı.

Öğrenme yoluyla değil, yazma, ezberleme ve hatırlama yoluyla.

Bunu İngilizce için yaptım. Bunu tarih için yaptım. Cebir için formüller yazdım ve ezberledim.

Öğretmenim bana bir ders vermek için bir saat ayırdıysa, o oturumdaki notlarımı altı saat boyunca tekrar gözden geçirmem gerekiyordu.

Kişisel çalışma salonu programım ve hedeflerim, Sorumluluk Aynamda Post-It notları haline geldi ve tahmin edin Ne oldu? Öğrenmek için bir saplantı geliştirdim.

Altı aydan fazla bir süre içinde, dördüncü sınıf okuma seviyesinden lisede son sınıfa geçtim.

Kelime dağarcığım mantar gibi çoğaldı. Binlerce bilgi kartı yazdım ve saatlerce, günlerce ve haftalarca bunların üzerinden geçtim.

Matematiksel formüller için de aynısını yaptım.

Bunun bir kısmı hayatta kalma içgüdüsüydü.

Akademisyenlere dayanarak üniversiteye giremeyeceğimden eminim ve son yılımda üniversite basketbol takımında bir başlangıç olmama rağmen, hiçbir kolej izci adımı bilmiyordu.

Tek bildiğim Brezilya, Indiana'dan defolup gitmem gerektiğiydi; ordunun en iyi şansım olduğunu; ve oraya ulaşmak için ASVAB'ı geçmek zorunda kaldım.

Üçüncü denememde Hava Kuvvetleri için minimum standardı karşıladım.

Amaçlı yaşamak benim için her şeyi değiştirdi – en azından kısa vadede.

Lisedeki son yılımda, ders çalışmak ve spor yapmak zihnime o kadar çok enerji verdi ki, nefret ruhumdan kullanılmış yılan derisi gibi döküldü.

Brezilya'daki ırkçılara karşı beslediğim kızgınlık, bana hakim olan ve beni içten içe yakan duygu, sonunda lanet olası kaynağı düşündüğüm için dağıldı.

Bana kendime saygı duymamı sağlayan hesap verdiğim ayna ve öz saygı her zaman ileriye dönük bir yolu aydınlatacaktır.

Benim için sonsuza dek Brezilya'dan çıkan bir yolu aydınlattı.

Sizi özüne kadar zorlayan zamanda bir yeri aştığınızda, bir savaşı kazanmış gibi hissedebilirsiniz.

O serap için düşmeyin. geçmişiniz, en derin korkularınız, çifte güçle hayata geri dönmeden önce uykuda kalmanın bir yolunu bulur.

Uyanık kalmalısın. Benim için Hava Kuvvetleri, içimde hala yumuşak olduğumu ortaya çıkardı. Hala güvensizdim.

Henüz kemik gibi sert bir zihinde değildim.

GÖREV 2

Kendinle göz göze gelmenin ve gerçek olmanın zamanı geldi.

Bu kendini sevme taktiği değil.

Egona masaj yapma. Bu, egoyu yok etmek ve gerçek sen olma yolunda ilk adımı atmakla ilgili!

Sorumluluk Aynama Post-It notları yapıştırdım ve senden de aynısını yapmanı isteyeceğim. Dijital cihazlar çalışmaz.

Tüm güvensizliklerinizi, hayallerinizi ve hedeflerinizi Post-It'lere yaz ve aynana etiketle.

Daha fazla eğitime ihtiyacınız varsa, kendine yeterince akıllı olmadığın için kıçınızı kaldırman gerektiğini hatırlat!

Aynaya baktığında aşırı kilolu olduğu belli olan birini görüyorsan, bu senin lanet olası şişman olduğun anlamına gelir!

Bu anlarda kendine karşı kaba davranmakta sorun yok çünkü hayatta gelişmek için daha kalın bir cilde ihtiyacın var.

İster bir kariyer hedefi (işini bırak, bir iş kur), bir yaşam tarzı hedefi (kilo ver, daha aktif ol) veya atletik bir hedef (ilk 5K, 10K veya maratonumu koş) olsun, kendine karşı dürüst olmalısın.

Gün be gün nerede olduğunu ve bu hedeflere ulaşmak için atman gereken adımlar hakkında dürüst olacaksın.

Her adım, kişisel gelişim için gerekli her noktayı not olarak yaz.

Bu, biraz araştırma yapman ve hepsini parçalaman gerektiği anlamına gelir.

Örneğin kırk kilo vermeye çalışıyorsan, ilk Post-It ilk haftada iki kilo vermek olabilir.

Bu hedefe ulaşıldığında, notu kaldır ve nihai hedefin gerçekleşene kadar iki kiloluk bir sonraki hedefi yaz.

Hedefin ne olursa olsun, oraya ulaşmak için atacağın küçük adımlardan kendini sorumlu tutman gerekecek.

Kişisel gelişim özveri ve öz disiplin gerektirir.

Her gün gördüğün kirli ayna gerçeği ortaya çıkaracak.

Bunu görmezden gelmeyi bırak. Avantajınız için kullan.

BÖLÜM 3
İMKANSIZ GÖREV

Hava Kuvvetlerine kaydolduğumda kaydolduğum görev bu değildi.

Pararescue birimine katılma hayallerim vardı. O zamanlar on dokuz yaşındaydım ve 80 kiloydum. Dört yıl sonra taburcu olduğumda, yaklaşık 139 kiloya yükseldim.

Hava Kuvvetleri acemi eğitim kampında ilk tatbikat çavuşun yanlış tarafına düştüm ve o beni tuvalet kraliçesi yaptı.

Kışlamızdaki tuvaletleri parlak tutmak benim işimdi. Bana o tuvalette herhangi bir anda bir kir zerresi bile bulursa ilk güne geri döneceğimi ve yeni bir uçuşa katılacağımı söyledi.

Disiplinimi aldım. Hava Kuvvetlerinde olduğum için mutluydum ve o tuvaleti cehennem gibi temizledim. O katta yemek yiyebilirdin. Dört yıl sonra, fırsatın verdiği enerjiyle helaları temizlemekten heyecan duyan adam gitmişti ve ben hiçbir şey hissetmemiştim.

Tünelin sonunda her zaman ışık vardır derler ama önce gözlerin karanlığa bir kez alışır ve benim başıma gelen de buydu. Uyuşmuştum. Hayatımda hissizdim ve bu gerçeği kabul etmiştim. Mezarlık vardiyasında hamamböceği keskin nişancısı olan müstakbel bir savaşçıydım.

Dünyadaki zamanını satan başka bir zombiydim. Aslında, o zamanlar işime dair sahip olduğum tek içgörü, bunun aslında bir adım olduğuydu.

Askerden ilk terhis olduğumda St. Vincent’s Hastanesinde bir iş buldum. Gece 11’den itibaren güvenlikte çalıştım.

Hava Kuvvetleri çıkış yolum olmalıydı. O talim çavuşu sonunda beni farklı bir birime geri dönüştürdü ve yeni uçuşumda yıldız bir asker oldum.

1.92 boyunda ve yaklaşık 80kg ağırlığındaydım. Hızlı ve güçlüydüm, birimimiz acemi eğitim kampındaki en iyi uçuştu ve kısa süre sonra hayalimdeki iş olan Hava Kuvvetleri Pararescue için eğitim alıyordum.

O eğitimdeki en iyi adamlardan biriydim. Şınav çekmede en iyilerden biriydim ve mekik çekmede, kanat çırpmada en iyisiydim. Tekmeler ve koşma...

Onur derecesinden bir puan gerideydim, ancak Pararescue eğitimine giden yolda bahsetmedikleri bir şey vardı:

SUDA GÜVEN. Bu, uğrunda kıçınızı boğmaya çalıştıkları bir kurs için güzel bir isim.

Haftalar sürdü ve sudan cehennem gibi rahatsızdım.

12 yaşında ilk defa yüzme ile tanışmıştım.

İzci kampındaydık ve liyakat rozetini alabilmem için işaretlenmiş bir göl parkurunda bir mil yüzmem gerekiyordu.

Diğer tüm çocuklar atladı ve peşinden koşmaya başladım ve itibarımı kurtarmak istiyorsam ne yaptığımı biliyormuş gibi davranmam gerekiyordu, bu yüzden onları göle kadar takip ettim.

Elimden geldiğince yüzdüm ama su yutmaya devam ettim,

bu yüzden sırt üstü döndüm ve anında doğaçlama yaptığım berbat bir sırtüstü yüzerek tüm mili yüzdüm.

Liyakat rozeti güvence altına alındı.

(12 yaşındayken)

Pararescue'ya girmek için yüzme sınavına girme zamanı geldiğinde, gerçekten yüzebilmem gerekiyordu.

Bu, süreli, 500 metre serbest yüzmeydi ve on dokuz yaşında bile serbest yüzmeyi bilmiyordum.

Bu yüzden bodur kıçımı Barnes & Noble'a götürdüm, Aptallar için Yüzme Setini satın aldım, şemaları inceledim ve her gün havuzda pratik yaptım. Yüzümü suya sokmaktan nefret ediyordum ama bir,

sonra iki kulaç atmayı başardım ve çok geçmeden bütün bir turu yüzebildim.

Çoğu yüzücü kadar canlı değildim. Ne zaman yüzmeyi bıraksam, bir an için bile olsa, batmaya başlıyordum.

Sonunda, o yüzme sınavını geçtim ama suda yetkin ve rahat olmak arasında bir fark var, rahattan özgüvene doğru büyük bir fark daha var ve çoğu insan gibi yüzemediğiniz zaman, suda özgüven kolay olmuyor. Bazen hiç gelmiyor.

Pararescue eğitiminde, suya güven on haftalık programın bir parçasıdır ve stres altında suda ne kadar iyi performans gösterdiğimizi test etmek için tasarlanmış özel gelişimlerle doludur. Benim için en kötü gelişmelerden birine Bobbing adı verildi.

Sınıf beş kişilik gruplara ayrıldı, sığ uçta oluklardan oluklara dizildi ve tamamen donatıldı. Sırtımız galvanizli çelikten yapılmış seksen litrelik ikiz tanklarla bağlanmıştı ve on altı poundluk ağırlık kemerleri de takmıştık. Bu eğitimde o tanklardan nefes almamıza izin verilmediği sürece, bu iyi olurdu. Bunun yerine, havuzun yamacından üç fitlik bölümden derin uca, yaklaşık üç fit aşağı geri geri yürümemiz söylendi ve bu yavaş yürüyüşte, zihnim şüphe ve olumsuzlukla döndü:

Burada ne yapıyorsun? Bu senin için değil! Sen yüzemezsin! Sen bir sahtekarsın ve seni bulacaklar!

Zaman yavaşladı ve o saniyeler dakikalar gibi geldi. Diyafram yalpalayarak ciğerlerime hava doldurmaya çalıştı. Teorik olarak, gevşemenin tüm sualtı eğitimlerinin anahtarı olduğunu biliyordum,

ama bırakamayacak kadar çok korkmuştum. Çenem yumruklarım kadar sıkıydı.

Paniği savuşturmaya çalışırken başım zonkluyordu. Sonunda hepimiz pozisyonumuzu almıştık ve sallanmaya başlamanın zamanı gelmişti. Bu, aşağıdan yüzeye doğru itmek (kanatlamanın faydası olmadan), bir hava yutmak ve tekrar aşağı batmak anlamına geliyordu.

Tüm gücümle ayağa kalkmak kolay değildi ama en azından nefes alabiliyordum ve o ilk nefes bir kurtuluştu. Oksijen sistemimi doldurdu ve eğitmen "Değiştir!" diye bağırana kadar rahatlamaya başladım.

Yüzgeçlerimizi ayağımızdan alıp ellerimizin üzerine koymamız ve kendimizi yüzeye çıkarmak için kollarımızla bir çekiş kullanmamız için işaret buydu. Havuzun zeminini itmemize izin verildi ama tekme atamadık. Bunu beş dakika boyunca yaptık.

Suya güven eğitimi sırasında sığ su ve yüzey kararmaları nadir değildir. Vücudu strese sokmak ve oksijen alımını sınırlamak ile birlikte gider. Ellerimde yüzgeçler varken, yüzümü zar zor yükseltirdim.

Nefes alacak kadar sudan çıktım ve arada çok çalışıp oksijen yakıyordum. Ve çok hızlı yaktığınızda, beyniniz kapanır ve bayılırsınız. Eğitmenlerimiz buna "büyücüyle tanışmak" dedi. Saat ilerlerken, çevre görüşümde yıldızların belirdiğini görebiliyordum ve sihirbazın yavaşça yaklaştığını hissediyordum.

Bu eğitimi geçtim ve çok geçmeden kollarım veya ayaklarımla kanat çırpmak benim için kolaylaştı. Başından sonuna kadar zor kalan şey, en basit görevlerimizden biriydi: suyu elimiz olmadan işlemek. Üç dakika boyunca ellerimizi ve çenemizi sadece blender gibi

döndürdüğümüz bacaklarımızı kullanarak suyun üzerinde tutmamız gerekiyordu.

Kulağa çok uzun bir süre gibi gelmiyor ve sınıfın çoğu için kolaydı. Benim için neredeyse imkansızdı. Çenem suya vurmaya devam etti, bu da zamanın yeniden üçlü sıfırdan başlayacağı anlamına geliyordu. Etrafımda, sınıf arkadaşlarım o kadar rahattı ki bacakları zar zor hareket ediyordu, benimkiler ise son hızla dönüyordu ve ben hala yerçekimine meydan okuyormuş gibi görünen beyaz çocukların yarısı kadar yükseğe çıkamıyordum.

Havuzda her gün başka bir aşağılanma yaşanıyordu. Herkesin önünde utandığımdan değil. Tüm eğitimleri geçtim ama içimde acı çekiyordum. Her gece, bir sonraki günün görevine odaklanır ve o kadar korkardım ki uyuyamazdım ve çok geçmeden korkum, bana göre kolay olan sınıf arkadaşlarıma karşı kızgınlığa dönüştü ve bu da geçmişimi didik didik etti.

Birimdeki tek siyah adam bendim, bu bana Indiana kırsalındaki çocukluğumu hatırlattı ve suya güven eğitimi ne kadar zorlaştıysa, o karanlık sular o kadar yükselirdi ki, ben de içten dışa boğuluyormuşum gibi görünürdü.

Sınıfımın geri kalanı uyurken, o güçlü korku ve öfke kokteyli damarlarımda uğuldadı ve gece saplantılarım onların kendi kendini gerçekleştiren kehanetleri haline geldi. Kontrol edilemeyen korkum kontrol edemediğim bir şeyi serbest bıraktığı için başarısızlığın kaçınılmaz olduğu bir yer: pes eden zihin.

Her şey, “dost nefesi” egzersizi ile eğitimin altı haftasında zirveye ulaştı. Ortak olduk, her bir çift birbirini ön kolundan tuttu ve sırayla sadece bir şnorkel ile nefes aldı.

Bu sırada eğitmenler bizi şnorkelimizden ayırmaya çalışarak bizi dövdüler. Tüm bunların yüzeyde veya yüzeye yakın olması gerekiyordu, ama ben olumsuz bir şekilde yüzüyordum.

Bu da derin ucun orta sularına battığım, ortağımı da benimle birlikte sürüklediğim anlamına geliyordu. Bir nefes alır ve şnorkeli bana uzatırdı.

Yüzeye yüzer, yükselir ve suyu üzerimizden temizlemeye çalışırdım.

Askeri eğitimde, zayıf halkaları belirlemek ve onları performans göstermeleri veya bırakmaları için zorlamak eğitmenlerin işidir.

O gün havuzda, bir tanesi her zaman karşımdaydı, bağırıp beni dövüyordu, ben boğuluyordum, sihirbazı savuşturmak için dar bir borudan havayı yutmaya çalışıyordum ama başaramıyordum.

Aşağıya indim ve sınıfın geri kalanına baktığımı hatırlıyorum, yüzeyde sakin denizyıldızı gibi yayılmışlardı. Olabildiğince sakin, ben öfkelenirken şnorkellerini kolaylıkla ileri geri verdiler. Artık eğitmenimin sadece işini yaptığını biliyorum, ama o zamanlar düşündüm ki, Bu herif bana adil bir şans vermiyor!

O eğitimi de geçtim ama hâlâ on bir eğitim daha ve dört haftalık suya güven eğitimim daha vardı. Mantıklıydı. Uçaklardan su üstünden atlıyor olurduk. Buna ihtiyacımız vardı. Artık bunu yapmak istemiyordum ve ertesi sabah, geleceğini görmediğim bir çıkış yolu teklif edildi.

Haftalar önce, tıbbi bir kontrol sırasında kanımız alınmıştı ve doktorlar az önce Orak Hücre Özelliği taşıdığımı keşfetmişlerdi. Bende Orak Hücreli Anemi hastalığı yoktu ama o zamanlar kalp durması nedeniyle egzersize bağlı ani ölüm riskini artırdığına inanılan bir özelliğim vardı.

Hava Kuvvetleri, bir eğitimin ortasında ölmemi istemedi ve beni tıbbi eğitimden çıkardı. Sanki hayalim sökülüyormuş gibi haberi sert karşılamış gibi yaptım. Kızmak gibi büyük bir hareket yaptım ama içten içe çok mutluydum.

O haftanın ilerleyen saatlerinde doktorlar kararlarını geri aldılar. Devam etmemin benim için güvenli olduğunu özellikle söylemediler, ancak özelliğin henüz tam olarak anlaşılmadığını söylediler ve kendi adıma karar vermeme izin verdiler.

Eğitime geri döndüğümde Başçavuş (MSgt) bana çok fazla zaman kaçırdığımı ve devam etmek istersem ilk günden baştan başlamam gerektiğini söyledi.

Birinci hafta. Dört haftadan daha az bir süre yerine, su özgüveniyle gelen terör, öfke ve uykusuzluğa on hafta daha katlanmak zorunda kalacaktım.

Bu günlerde, bu tür şeyler radarıma bile kaydedilmezdi. Bana adil bir şekilde sallanmak için herkesten daha uzun ve daha sert koşmamı söylüyorsun, "Anlaşıldı," derdim ve ilerlemeye devam ederdim, ama o zamanlar hala yarı pişmiştim. Fiziksel olarak güçlüydüm ama zihnime hakim olmaya yakın bile değildim.

MSgt bana baktı, cevabımı bekliyordu. Ona bakamadım bile

"Biliyor musun Başçavuş, doktor bilmez" dediğimde göz

Bu Orak Hücre olayı hakkında çok şey biliyorum ve bu beni rahatsız ediyor."

Duygusuz bir şekilde başını salladı ve beni programdan sonsuza dek çıkaran belgeleri imzaladı. Sickle Cell'den alıntı yaptı ve kağıt üzerinde bırakmadım ama gerçeği biliyordum. Bugün olduğum adam olsaydım, Sickle Cell'i hiç umursamazdım. Hala Orak Hücre Özelliğim var.

Ondan öylece kurtulmuyorsun, ama o zamanlar bir engel belirmişti ve ben pas geçmiştim.

Kentucky, Fort Campbell'e taşındım, arkadaşlarıma ve aileme tıbbi programdan zorla çıkarıldığımı söyledim ve dört yılımı bazı özel operasyon birimleriyle birlikte çalışan Taktik Hava Kontrol Partisinde (TAC-P) görev yaptım.

Kara birimleri ve hava desteği – F-15'ler ve F-16'lar gibi düşman hatlarının gerisinde hızlı hareket edenler – arasında bağlantı kurmak için eğitim aldım. Zeki insanlarla çalışmak zorlayıcıydı ama ne yazık ki bundan asla gurur duymadım ve sunulan fırsatları görmedim çünkü geleceğimi korkunun dikte etmesine izin veren pes eden biri olduğumu biliyordum.

Utancımı spor salonuna ve mutfak masasına gömdüm. Ağırlık kaldırmaya başladım ve kütlenin üzerine çıktım.

Yedim ve çalıştım. Çalıştım ve yedim. Hava Kuvvetlerindeki son günlerimde 115 kiloydum. Taburcu olduktan sonra yaklaşık 135 kilo olana kadar hem kas hem de yağ ile toplanmaya devam etti.

Büyük olmak istedim çünkü büyük olmak 80 kilo zayıf David Goggins'i saklıyordu. İri bir bıyık bıraktım. Beni gören korkuyordu ama içten içe güçsüz olduğumu biliyordum ve bu akıldan çıkmayan bir duyguydu.

Karanlık gerçekten de bir arkadaştı. Karanlıkta çalıştım, gerçek benliğimi arkadaşlardan ve yabancılardan sakladım.

Kimse o zamanlar ne kadar uyuşmuş ve korkmuş olduğuma inanmazdı çünkü kimsenin dalga geçmeye cesaret edemeyeceği bir canavara benziyordum ama aklım yerinde değildi ve ruhum çok fazla travma ve başarısızlıkla eziliyordu.

Kaybeden biri olmak için dünyadaki her bahaneye sahiptim ve hepsini kullandım. Hayatım çöküyordu.

Televizyonu açtım ve anlatıcının buharın içinden süzülen sesini duyabildiğim duşa giden koridora doğru yürüdüm. Fragmanları yakaladım.

“Donanma SEALS...en zor...dünyanın.” Havluyu belime sarıp salona döndüm. O kadar iriydim ki havlu koca kıçımı zar zor kapatıyordu ama kanepeye oturdum ve otuz dakika kıpırdamadım.

Gösteri, Temel Su Altı Yıkım SEAL (BUD/S) Eğitim Sınıfı 224’ten Cehennem Haftasına kadar devam etti: askeriyedeki fiziksel olarak en zorlu eğitimdeki en çetin görevler dizisi. Çamurlu engelli parkurları yarıp geçerken, kütükleri başlarının üzerinde tutarak yumuşak kumda koşarken ve buzlu sörfte titrerken erkeklerin terleyip acı çekmesini izledim.

Kafa derimden boncuk boncuk ter akıyordu, adamların -en güçlülerinden bazılarının- zili çalıp işi bıraktıklarını gördüğümde kelimenin tam anlamıyla koltuğumun kenarındaydım. Mantıklıydı. BUD/S’ye başlayan erkeklerin sadece üçte biri Cehennem Haftasını atlatıyor ve Pararescue eğitiminde geçirdiğim tüm süre boyunca, bu adamların göründüğü kadar kötü hissettiğimi hatırlamıyordum. Şişmişlerdi, yıpranmışlardı, uykusuz kalmışlardı ve ayakları üzerinde ölüydüler ve ben onları kıskanıyordum.

Ne kadar uzun süre izlersem, tüm bu ıstırabın içinde gömülü cevaplar olduğundan o kadar emin oldum. İhtiyacım olan cevaplar. Kamera birden çok kez uçsuz bucaksız köpüren okyanusun üzerinde gezindi ve her seferinde kendimi acınası hissettim. SEALS benim olmadığım her şeydi.

Gurur, haysiyet ve ateşte yıkanmaktan, lanet olasıca dövülmekten ve tekrar tekrar geri dönmekten gelen mükemmellik türü hakkındaydılar. Hayal edebileceğiniz en sert, en keskin kılıcın insan eşdeğeriydiler. Alevi aradılar, korkusuz ve ölümcül olana kadar gerektiği kadar, hatta daha uzun süre vurmaya devam ettiler.

Motive olmadılar. Sürüldüler. Gösteri mezuniyet töreniyle sona erdi. Kamera Komutan Subaylarına yaklaşmadan önce yirmi iki gururlu adam beyaz elbiseleri içinde omuz omuza durdular.

"Sıradanlığın çok sık standart olduğu ve çoğu zaman ödüllendirildiği bir toplumda," dedi, "sıradanlıktan nefret eden ve kendilerini geleneksel terimlerle tanımlamayı reddeden erkeklere karşı yoğun bir hayranlık vardır."

O anda, Komutan doğrudan benimle konuşuyormuş gibi hissettim, ancak gösteri bittikten sonra banyoya geri döndüm, aynanın karşısına geçtim ve kendime baktım. 135 kiloya baktım.

Evdeki tüm nefretçilerin olmamı söylediği her şeydim: eğitimsiz, gerçek dünya becerileri olmadan, sıfır disiplin ve çıkmaz bir gelecek. Sıradanlık büyük bir terfi olurdu. Hayat varilinin dibindeydim, pislik içinde birikiyordum ama çok uzun zamandır ilk kez uyanıktım.

Kahvaltı sırasında annemle zar zor konuştum ve aklım yarım kalan işlerde olduğu için temel gıdalarımın yalnızca yarısını yedim. Her zaman seçkin bir özel operasyon birimine katılmak istemişimdir ve bu

arzu hala oradaydı. Şimdi, üzerimde hücreden hücreye hareket eden, kontrolü ele geçiren bir virüs gibi çalışmaya devam eden bir şovun şans eseri izlenmesi sayesinde hayata dönüyordu.

Sallayamadığım bir saplantı haline geldi. Neredeyse üç hafta boyunca her sabah işten sonra, Deniz Kuvvetleri'ndeki aktif görevli işe alım görevlilerini aradım ve onlara hikayemi anlattım.

Ülkenin her yerindeki ofisleri aradım. Beni SEAL eğitimine götürebildikleri sürece taşınmaya hazır olduğumu söyledim. Herkes beni geri çevirdi. Çoğu, önceden hizmet almış adaylarla ilgilenmiyordu. Yerel bir işe alım bürosunun ilgisini çekti ve yüz yüze görüşmek istedi, ama oraya vardığımda yüzüme güldüler.

Çok kiloluydum ve onların gözünde ben de başka bir hayal ürünüydüm. O toplantıdan da aynı şekilde ayrıldım.

Bulabildiğim tüm muvazzaf işe alma bürolarını aradıktan sonra, Donanma yedek kuvvetlerinin yerel birimini aradım ve ilk kez Astsubay Steven Schaljo ile konuştum.

Schaljo, SEALS'in eğitim aldığı San Diego'daki askere alma ekibine katılmadan önce, birden fazla F-14 Filosunda elektrikçi ve NAS Miramar'da eğitmen olarak sekiz yıl çalıştı. Gece gündüz çalıştı ve saflarda hızla yükseldi. Indianapolis'e taşınması, bir terfi ve mısırın ortasında Donanma askerleri bulma zorluğuyla geldi.

Ben aradığımda Indy'de sadece on gündür görevdeydi ve başka birine ulaşmış olsaydım muhtemelen bu kitabı okuyor olmazdın.

Donanmadaki en iyi işe alım görevlilerinden birini buldum; en sevdiği görevi, benim gibi yeniden askere gitmek isteyen ve özel operasyonlara girmeyi uman benim gibi zorlu önceki hizmetlerde elmasları keşfetmek olan bir adam. .

İlk görüşmemiz uzun sürmedi. Bana yardım edebileceğini ve şahsen görüşmeye gelmem gerektiğini söyledi. Bu tanıdık geliyordu. Anahtarlarımı aldım ve doğruca ofisine gittim ama umutlarımı fazla yükseltmedim. Yarım saat sonra geldiğimde, çoktan BUD/S yönetimiyle telefonda görüşüyordu.

O ofisteki hepsi beyaz olan her denizci, Schaljo dışında beni görünce şaşırdı. Ben ağırsiklet olsaydım, Schaljo 1.77 boyunda hafif sıkletti ama en azından ilk başta boyumdan etkilenmişe benzemiyordu. Her satıcı gibi dışa dönük ve sıcaktı ama onda biraz Beni tartmak için bir koridora götürdü ve tartının üzerinde dururken duvara iğnelenmiş bir ağırlık çizelgesine baktım.Boyumda, Donanma için izin verilen maksimum ağırlık 86kg idi. Nefes aldım, içimi alabildiğince çektim ve beni kolayca yüzüstü bıraktığı aşağılayıcı anı savuşturmak için üzgün bir çabayla göğsümü şişirdim.O an hiç gelmedi.

“Sen büyük bir çocuksun,” dedi Schaljo, dosya klasöründeki bir tabloya 135 kg diye gülümseyerek ve başını sallayarak yazarken. “Donanmanın, yedeklerdeki acemi askerlerin aktif görev haline gelmelerine izin veren bir programı var. Bunun için kullanacağımız şey bu. Yıl sonunda aşamalı olarak kaldırılıyor, bu yüzden sizi o zamana kadar sınıflandırmamız gerekiyor.

Önemli olan şu: ,yapacak bazı işlerin var ama bunu biliyorsun.”

Ağırlık çizelgesine kadar gözlerini takip ettim ve tekrar kontrol ettim. Başıyla onayladı, gülümsedi, omzuma hafifçe vurdu ve beni kendi gerçeğimle yüzleşmeye bıraktı.

48 kg kaybetmek için üç aydan az zamanım vardı.

Kulağa imkansız bir görev gibi geliyordu, bu da işimi bırakmamamın bir nedeniydi.

Diğeri ise ASVAB'dı. O kâbus testi, Frankenstein'ın kahrolası canavarı gibi hayata geri dönmüştü.

Hava Kuvvetleri'ne katılmak için daha önce bir kez geçtim, ancak BUD/S'ye hak kazanmak için çok daha yüksek puan almam gerekiyordu.

İki hafta boyunca bütün gün çalıştım ve her gece haşereleri vurdum.

Henüz temizlik işinde çalışıyordum.

Ciddi kilo kaybı beklemek zorunda kalacaktı.

Cumartesi öğleden sonra sınava girdim. Ertesi Pazartesi Schaljo'yu aradım. "Donanmaya hoş geldiniz," dedi. Önce müjdeyi indirdi. Bazı bölümlerde son derece iyi iş çıkardım ve artık resmi olarak bir yedek oyuncuydum, ancak Mekanik Kavramada yalnızca 44 puan almıştım. BUD/S'ye hak kazanmak için 50 almam gerekiyordu. Beş hafta içinde tüm sınava tekrar girmem gerekecekti.

Bugünlerde Steven Schaljo tesadüfi bağlantımıza "kader" demeyi seviyor. Konuştuğumuz ilk anda sürüşümü hissedebildiğini ve atlamadan itibaren bana inandığını, bu yüzden kilomun onun için bir sorun olmadığını söyledi, ancak o ASVAB testinden sonra şüpheyle doldum. Yani belki o gece daha sonra olanlar da bir tür kaderdi ya da çok ihtiyaç duyulan bir ilahi müdahale dozuydu.

Düştüğü restoranın adını yazmayacağım çünkü eğer yaparsam bir daha orada yemek yemezsiniz ve bir avukat tutmam gerekir. Sadece bil, burası bir felaketti. Önce dışarıdaki tuzakları kontrol ettim ve ölü bir fare buldum.

İçeride, yapışkan tuzaklarda daha fazla ölü kemirgen vardı -bir fare ve iki sıçan- ve boşaltılmamış çöpün içinde hamamböcekleri. Başımı salladım, lavabonun altında dizlerimin üzerine çöktüm ve duvardaki dar bir aralıktan püskürttüm. Henüz bilmiyordum ama yuvalama sütunlarını bulmuştum ve zehir isabet edince dağılmaya başladılar.

Saniyeler içinde ensemde bir kıpırtı oldu. Fırçaladım ve tavandaki açık bir panelden mutfağa yağan bir hamamböceği fırtınasını görmek için boynumu kaldırdım. Ecolab için yaptığım işte hamamböceklerinin ve şimdiye kadar gördüğüm en kötü istilanın ana damarına çarpmıştım. Gelmeye devam ettiler. Hamam böcekleri omuzlarıma ve başıma kondu. Yer onlarla birlikte kıvranıyordu.

Teneke kutumu mutfakta bıraktım, yapışkan tuzakları tuttum ve dışarı fırladım. Restoranı haşarattan nasıl temizleyeceğimi anlamak için temiz havaya ve daha fazla zamana ihtiyacım vardı. Kemirgenleri çöpe atmak için çöp kutusuna giderken seçeneklerimi düşündüm, kapağı açtım ve çılgınca tıslayan canlı bir rakun buldum. Sarı dişlerini gösterdi ve bana doğru hamle yaptı. Çöp konteynırını çarparak kapattım.

Ne oluyor? Yani, cidden, ne oluyor? Yeterli ne zaman gerçekten yeterli olacaktı? Üzgün şimdiki zamanımın berbat bir geleceğe dönüşmesine izin vermeye istekli miydim? Daha ne kadar beklerim, kaç yıl daha...

O restorana geri dönmedim. Eşyalarımı toplamadım. Kamyonumu çalıştırdım, o sırada rahatlatıcı çayım için çikolatalı bir shake içmek için durdum ve eve sürdüm. Kalktığımda hava hala karanlıktı. Umursamadım İş kıyafetlerimi çıkardım, eşofman altımı giydim ve koşu ayakkabılarımı bağladım. Bir yılı aşkın süredir koşmamıştım ama dört mil gitmeye hazır olarak sokaklara çıktım.

400 yard dayandım. Kalbim yarıştı. O kadar başım dönüyordu ki, erimiş sarsıntımın bir başka başarısızlıkta beni teselli etmek için beklediği evime doğru ağır ağır yürümeye başlamadan önce nefesimi düzene sokmak için golf sahasının kenarına oturmak zorunda kaldım. Onu tuttum, höpürdettim ve kanepeme yığıldım. Gözlerim yaşlarla doldu.

Kim olduğumu sanıyordum? Hiçbir şey olarak doğmadım. Hiçbir şey kanıtlamamıştım ve hala hiçbir değerim yoktu. David Goggins, Donanma SEAL'i mi? Evet, doğru. Ne boş bir rüya. Blokta beş dakika koşamadım bile.

Tüm hayatım boyunca bastırdığım tüm korkularım ve güvensizliklerim başıma yağmaya başladı. Pes etmenin ve sonsuza dek vazgeçmenin eşiğindeydim.

İşte o zaman Rocky'nin (on beş yıldır sahip olduğum) eski, boktan VHS kopyasını buldum, makineye kaydırdım ve en sevdiğim sahneye hızlı bir şekilde ilettim: 14. Raunt.

Orijinal Rocky, hala tüm zamanların en sevdiğim filmlerinden biridir.

Çünkü hiçbir şey bilmeden, yoksulluk içinde yaşayan ve hiçbir beklentisi olmayan bir kalfalık savaşçı hakkındadır. Kendi antrenörü bile onunla çalışmaz. Ardından, birdenbire, tarihin en korkulan

dövüşçüsü, karşılaştığı her rakibi yere sermiş bir adam olan şampiyon Apollo Creed ile şampiyonluk şansı yakalar.

Rocky'nin tek istediği, Creed ile mesafe kat eden ilk kişi olmak. Bu tek başına onu hayatında ilk kez gurur duyacağı biri yapacaktır.

Dövüş herkesin tahmin ettiğinden daha yakın, kanlı ve yoğun ve orta turlarda Rocky gittikçe daha fazla ceza alıyor.

Dövüşü kaybediyor ve 14. Rauntta erkenden yere seriliyor, ancak ringin tam ortasında yeniden fırlıyor. Apollon, onu bir aslan gibi takip ederek içeri girer.

Keskin sol yumruklar atıyor, yavaş ayaklı bir Rocky'ye şaşırtıcı bir kombinasyonla vuruyor, cezalandırıcı bir sağ kroşe indiriyor ve bir tane daha. Rocky'yi köşeye sıkıştırıyor. Rocky'nin bacakları jöle. Savunmada kollarını kaldıracak gücü bile toplayamıyor. Apollo, Rocky'nin kafasına bir sağ kroşe daha vurur, ardından bir sol kroşe ve sağ elini kullanan acımasız bir aparkat ile Rocky'yi yere serer.

Apollo, kolları yukarıda tutularak karşı köşeye çekiliyor ama o ringde yüz üstü bile olsa Rocky pes etmiyor. Hakem on sayıya başlarken, Rocky iplere doğru kıvranıyor. Kendi antrenörü Mickey, onu yerde kalmaya çağırıyor ama Rocky bunu duymuyor.

Kendini önce bir dizine, sonra dört ayağına kadar çeker. Rocky ipleri yakalayıp ayağa kalkarken hakem altıya vuruyor. Kalabalık kükredi ve Apollo onun hâlâ ayakta durduğunu görmek için döndü. Rocky, Apollo'yu dalgalandırır. Şampiyonun omuzları inanamayarak çöktü.

Dövüş henüz bitmedi.

Televizyonu kapatıp kendi hayatımı düşündüm. Dürtü ve tutkudan yoksun bir hayattı ama korkuma ve yetersizlik duygularıma teslim olup olmayacağımı biliyordum.

Sonsuza dek geleceğimi dikte etmelerine izin verirdim. Diğer tek seçeneğim, beni alçaltan duygulardaki gücü bulmaya çalışmak, onları dizginlemek ve ayağa kalkmam için onları kullanmaktı, ben de tam olarak bunu yaptım.

O içeceği çöpe attım, ayakkabılarımı bağladım ve tekrar sokaklara çıktım. İlk koşumda, çeyrek milde bacaklarımda ve ciğerlerimde şiddetli ağrı hissettim. Kalbim hızlandı ve durdum. Bu sefer aynı acıyı hissettim, kalbim sıcak çalışan bir araba gibi atıyordu ama içinden geçtim ve acı azaldı. Nefes almak için eğildiğimde tam bir mil koşmuştum.

Tüm fiziksel ve zihinsel kısıtlamaların gerçek olmadığını ve çok çabuk pes etme alışkanlığım olduğunu ilk kez o zaman anladım. İmkansızı başarmak için toplayabildiğim her zerre cesaret ve dayanıklılığın gerekli olduğunu da biliyordum.

Saatlerce, günlerce ve haftalarca süren kesintisiz acıya bakıyordum. Kendimi faniliğimin en ucuna kadar zorlamak zorunda kalırdım. Ölebileceğime dair gerçek bir olasılığı kabul etmek zorundaydım çünkü bu sefer kalbim ne kadar hızlı atarsa atsın ve ne kadar acı çekersem çekeyim pes etmeyecektim.

Tipik bir gün şöyledi:

Sabah 4: 30'da uyanır, bir muz yer ve ASVAB kitaplarına bakardım. Sabah 5 civarında, o kitabı sabit bisikletime götürür, orada terler ve iki saat çalışırdım.

Unutma, vücudum bok gibiydi.

Henüz birkaç mil koşamıyordum, bu yüzden bisiklette yakabildiğim kadar çok kalori yakmam gerekiyordu.

Ondan sonra Carmel Lisesi'ne gider ve iki saat yüzmek için havuza atlardım. Oradan, bench press, incline press ve birçok bacak egzersizini içeren bir devre çalışması için spor salonuna gittim.

Uzun tekrarlara ihtiyacım vardı ve her biri 100-200 tekrardan oluşan beş veya altı set yaptım. Sonra iki saat daha sabit bisiklete geri döndüm.

Sürekli aç kaldım. Akşam yemeği her gün benim tek gerçek öğünümdü ama fazla bir şey yoktu. Izgara veya sotelenmiş tavuk göğsü ve sotelenmiş sebzelerin yanı sıra bir yüksük pirinç yedim.

Akşam yemeğinden sonra bisikletle iki saat daha çalışır, çuvala vurur, uyanır ve olasılıkların bana karşı çok yüksek olduğunu bilerek her şeyi yeniden yapardım.

Ulaşmaya çalıştığım şey, Harvard'a başvuran bir D-öğrencisi veya bir kumarhaneye girip sahip olduğunuz her bir doları rulette bir sayıya yatırmak ve kazanmak kaçınılmaz bir sonuçmuş gibi davranmak gibiydi. Hiçbir garantisi olmadan sahip olduğum her şeyi kendime bahse giriyordum.

Günde iki kez tartıldım ve iki hafta içinde yirmi beş kilo verdim. İlerlemem ancak öğütmeye devam ettikçe gelişti ve ağırlık soyulmaya başladı.

On gün sonra 250'deydim, şınav çekmeye, şınav çekmeye ve kıçımı patlatmaya başlayacak kadar hafiftim. Yine de uyanır, sabit bisiklete, havuza ve spor salonuna giderdim ama aynı zamanda iki, üç ve dört millik koşuları da dahil ettim.

Koşu ayakkabılarımı bir kenara attım ve SEAL adaylarının BUD/S'de giydiği botların aynısı olan bir çift Bates Lite sipariş ettim ve bunlarla koşmaya başladım.

Bu kadar emekle gecelerim huzurlu geçer zannedersiniz ama gecelerim kaygı doluydu. Midem guruldadı ve aklım döndü. Karmaşık ASVAB sorularını hayal eder ve ertesi günkü antrenmanlardan korkardım.

Neredeyse sıfır yakıtla o kadar çok gaz veriyordum ki, depresyon doğal bir yan etki haline geldi. Parçalanan evliliğim boşanmaya doğru gidiyordu.

Depresyon sizi boğduğunda, tüm ışığı söndürür ve size umut için tutunacak hiçbir şey bırakmaz. Tüm gördüğün olumsuzluk. Benim için bunu atlatmanın tek yolu depresyonumdan beslenmekti.

Ters çevirmem ve kendimden tüm bu şüphe ve kaygının artık amaçsız bir hayat yaşamadığımın kanıtı olduğuna kendimi ikna etmem gerekiyordu.

Görevim imkansız olabilir ama en azından lanet olası bir göreve geri dönmüştüm.

Bazı geceler moralim bozukken Schaljo'yu arardım. Sabahın erken saatlerinde ve gece geç saatlerde her zaman ofisteydi. Ona depresyonum hakkında güvenmedim çünkü benden şüphe etmesini istemedim. O aramaları kendimi gaza getirmek için kullandım. Ona kaç kilo verdiğimi ve ne kadar çalıştığımı söyledim ve o ASVAB için çalışmaya devam etmem gerektiğini hatırlattı.

Anlaşıldı.

Kasette Rocky film müziği vardı ve ilham almak için Going the Distance dinlerdim.

Uzun bisiklet sürüşlerinde ve koşularında, beynimde o kornalar çalarken, kendimi BUD/S'den geçerken, soğuk suya dalarak ve Cehennem Haftasını ezerken hayal ederdim. Diliyordum, umuyordum ama 113'e düştüğümde SEALS'e hak kazanma arayışım artık bir hayal değildi.

Ben de dahil olmak üzere çoğu insanın imkansız olduğunu düşündüğü bir şeyi başarmak için gerçek bir şansım vardı. Yine de kötü günler yaşandı. Bir sabah 113'ün altına düştükten kısa bir süre sonra tartıldım ve bir gün öncesine göre sadece bir pound kaybetmiştim. Vermem gereken o kadar çok kilom vardı ki, plato yapmayı göze alamazdım. Altı mil koşarken ve iki yüzerken tek düşündüğüm buydu. Tipik üç saatlik devrem için spor salonuna geldiğimde bitkin ve ağrılıydım.

Bir dizi sette 100'den fazla şınav çektikten sonra, tavanı olmayan maksimum bir set için bara geri döndüm. Girerken hedefim on ikiye ulaşmaktı ama onuncu saniye için çenemi barın üzerine uzattığımda ellerim alev alev yanıyordu.

Haftalardır geri çekilme isteği hep vardı ve ben her zaman reddettim. Ancak o gün ağrı çok fazlaydı ve on birinci şınav çekmemden sonra pes ettim, yere düştüm ve bir şınav çekmeden antrenmanımı bitirdim.

O bir temsilci, o bir pound ile birlikte benimle kaldı. Onları kafamdan atmaya çalıştım ama beni rahat bırakmıyorlardı. Eve giderken ve mutfak masamda bir parça ızgara tavuk ve yumuşak, fırında patates yerken benimle alay ettiler. Bir şey yapmazsam o gece uyuyamayacağımı biliyordum, bu yüzden anahtarlarımı aldım.

Spor salonuna geri dönerken yüksek sesle, “Köşeleri kestiriyorsun ve başaramayacaksın,” dedim yüksek sesle. “Senin için kısayol yok, Goggins!”

Tüm pull-up antrenmanımı tekrar yaptım. Kaçırılan bir çekme bana fazladan 250’ye mal oldu ve benzer bölümler olacaktı. Ne zaman bir rahibeyi kessem ya da aç ya da yorgun olduğum için kısa yüzsem, her zaman geri gider ve kendimi daha da fazla döverdim. Zihnimdeki iblisleri yönetebilmemin tek yolu buydu. Her iki şekilde de acı olacaktı. O andaki fiziksel ıstırapla, kaçırdığım o pull-up’ın, havuzdaki o son turun, yolda veya patikada atladığım çeyrek milin bana bir fırsata mal olup olmayacağını merak etmenin zihinsel ıstırabı arasında seçim yapmak zorunda kaldım. Bir ömür boyu. Kolay bir seçimdi. SEALS’e gelince, hiçbir şeyi şansa bırakmıyordum.

ASVAB arifesinde, antrenmana dört hafta kala, kilo vermek artık endişe verici bir şey değildi. Zaten 98 kiloya düşmüştüm ve hiç olmadığım kadar hızlı ve güçlüydüm.

Günde altı mil koşuyor, yirmi milden fazla bisiklet sürüyor ve ikiden fazla yüzüyordum. Hepsi kışın ortasında. En sevdiğim koşu, Indianapolis’teki ağaçların arasından geçen asfalt bir bisiklet ve yürüyüş yolu olan altı millik Monon parkuruydu. Bisikletçilerin ve yürüyüş arabalı futbol annelerinin, hafta sonu savaşçılarının ve yaşlıların alanıydı. O zamana kadar Schaljo, Navy SEAL uyarı emrini iletmişti. BUD/S’nin ilk aşamasında tamamlamam beklenen tüm antrenmanları içeriyordu ve onları ikiye katlamaktan mutluydum. Tipik bir SEAL eğitimi için genellikle 190 erkeğin sınıfa girdiğini ve sadece kırk kişinin tüm yolu bitirdiğini biliyordum. O kırk kişiden biri olmak istemedim.

En iyisi olmak istedim.

Ama önce lanet olası ASVAB’ı geçmem gerekiyordu. Her boş saniyeyi dolduruyordum. Egzersiz yapmıyorsam, mutfak masamda

formülleri ezberliyor ve yüzlerce sözcük arasında dolaşıyordum. Beden eğitimim iyi giderken, tüm endişem bir mıknatısa ataç gibi ASVAB'a yapıştı. Bu, SEAL'lere uygunluğum sona ermeden önce sınava girmek için son şansım olacaktı. Çok zeki değildim ve geçmiş akademik performansıma bakılırsa, SEALS'e hak kazanacak kadar yüksek bir puanla geçeceğime inanmak için hiçbir iyi neden yoktu. Başarısız olursam, hayalim ölür ve bir kez daha amaçsızca süzülüyor olurdum.

Test, Indianapolis'teki Fort Benjamin Harrison'da küçük bir sınıfta yapıldı. Orada yaklaşık otuz kişi vardı, hepimiz gençtik. Çoğu liseyi yeni bitirmişti. Her birimize eski tip bir masaüstü bilgisayar verildi. Geçen ay test dijital ortama aktarılmıştı ve bilgisayar konusunda deneyimim yoktu. Bırak soruları cevaplamayı, lanet olası makineyi çalıştırabileceğimi bile düşünmemiştim ama program aptalca bir kanıttı ve ben de yerleştim.

ASVAB'nin on bölümü vardır ve doğruluk serumum olan Mekanik Anlayışa ulaşana kadar hızla ilerliyordum. Bir saat içinde kendime yalan söyleyip söylemediğimi veya bir SEAL olmak için gerekli ham maddelere sahip olup olmadığımı iyi bir şekilde anlayacaktım. Ne zaman bir soru beni şaşırtsa, çalışma sayfamı kısa çizgi ile işaretledim. O bölümde yaklaşık otuz soru vardı ve testi bitirdiğimde en az on kez tahminde bulunmuştum. Bazılarının yoluma gitmesine ihtiyacım vardı yoksa dışarıdaydım.

Son bölümü tamamladıktan sonra, tüm paketi, skorun anında hesaplanacağı odanın ön tarafındaki yönetici bilgisayarına göndermem istendi. Monitörümün üzerinden baktım ve onu orada oturmuş beklerken gördüm. İşaret ettim, tıkladım ve odadan çıktım. Gergin bir enerjiyle vızıldayarak park yerinde birkaç dakika volta attıktan sonra

sonunda Honda Accord'uma bindim ama motoru çalıştırmadım. Gidemedim

"Bana bu lanet sınavdan ne aldığımı söylemelisin, dostum," dedim. Şaşırarak bana baktı ama boyun eğmedi.

"Üzgünüm oğlum. Bu hükümet. Nasıl yaptıklarına dair bir sistem var.

Bazı şeyler" dedi. "Kuralları ben koymadım ve onları esnetemem."

"Efendim, bu testin benim için, hayatım için ne anlama geldiği hakkında hiçbir fikriniz yok. Her şey bu!" Bana beş dakika gibi gelen bir süre camsı gözlerime baktı, sonra makinesine döndü.

"Şu anda kitaptaki her kuralı çiğniyorum" dedi. "Goggins, değil mi?" Başımla onayladım ve o dosyalar arasında gezinirken koltuğunun arkasına geçtim. "İşte buradasın. Tebrikler, 65 puan aldın. Bu harika bir puan." Benim tulumuma atıfta bulunuyordu ama bu umurumda değildi. Her şey, en önemli olduğu yerden 50 puan almama bağlıydı.

"Mekanik kavrayışta ne elde ettim?" Omuz silkti, tıkladı ve kaydırdı ve işte oradaydı. Yeni favori numaram ekranında parlıyordu: 50. "EVET!" Bağırdım. "EVET EVET!"

Hala sınava giren bir avuç insan vardı ama bu hayatımın en mutlu anıydı ve bunu bastıramadım. "EVET!" diye bağırmaya devam ettim. Ciğerlerimin tepesinde. Yönetici neredeyse sandalyesinden düşüyordu ve o odadaki herkes bana deliymişim gibi bakıyordu. Ne kadar delirdiğimi bir bilselerdi! İki ay boyunca tüm varlığımı bu tek ana

adadım ve bundan çok keyif alacaktım. Arabama koştum ve biraz daha bağırdım.

“FUCK YES!”

Eve giderken annemi aradım. Dönüşümüme tanık olan Schaljo dışında tek kişi oydu. “Ben yaptım,” dedim ona, gözlerimden yaşlar süzülerek. “Lanet olsun! Ben bir SEAL olacağım.”

Schaljo ertesi gün işe geldiğinde haberi aldı ve beni aradı. İşe alım paketimi göndermişti ve az önce orada olduğumu duymuştu! Benim adıma mutlu olduğunu ve ilk tanıştığımızda bende gördüğü şeyin gerçek olmasından gurur duyduğunu söyleyebilirim.

Zaferimi herhangi bir SEAL adayının yapması gerektiği gibi kutladım. Dışarı çıkardım. Ertesi sabah ve sonraki üç hafta boyunca on altı kiloluk bir ağırlık kemeriyle havuzda vakit geçirdim. Her seferinde elli metre su altında yüzdüm ve iki elimde birer tuğlayla, tek nefeste su altında havuz boyunca yürüdüm. Su bu sefer kıçıma sahip olmayacaktı.

İşim bittiğinde bir veya iki mil yüzer, ardından annemin evinin yakınındaki bir gölete giderdim. Unutmayın, bu Aralık ayında American Midwest Indiana idi. Ağaçlar çıplaktı. Buz sarkıtları evlerin saçaklarından kristaller gibi sarkıyordu ve kar her yönden dünyayı kaplamıştı ama gölet henüz tamamen donmamıştı.

Buzlu suya daldım, kamuflajlı pantolon, kahverengi kısa kollu tişört ve çizmeler giydim, arkama yaslandım ve gri gökyüzüne baktım. Hipotermik su beni yıkadı, acı dayanılmazdı ve buna bayıldım.

Birkaç dakika sonra inip koşmaya başladım, çizmelerime su sıçradı, iç çamaşırlarıma kum sıçradı. Saniyeler içinde tişörtüm göğsüme kadar dondu, pantolonumun manşetleri buz tuttu.

Monon yoluna çıktım. Sürat yürüyüşçüleri ve koşucular homurdanıp slalom yaparken burnumdan ve ağzımdan buhar çıktı. Siviller. Philly şehir merkezindeki Rocky gibi hızımı artırıp koşmaya başladığımda başları döndü.

Artık beni tanımlamayan bir geçmişten belirsiz bir geleceğe doğru koşabildiğim kadar uzun süre koşabildiğim kadar hızlı koştum. Tek bildiğim, acının olacağı ve bir amacın olacağıydı.

Ve başlamaya hazırdım.

GÖREV 3

Duygusuz bir zihne giden yolculuğun ilk adımı, düzenli olarak konfor alanının dışına çıkmaktır.

Günlüğüne bu sefer yapmaktan hoşlanmadığın veya seni rahatsız eden her şeyi yaz.

Bilhassa senin için iyi olduğunu bildiğin şeyler.

Şimdi git onlardan birini yap ve tekrar yap.

İlerleyen sayfalarda, az önce okuduklarını bir dereceye kadar yansıtmanı isteyeceğim, ancak kendi İMKANSIZ GÖREVİNİ bulman ve hızlıca başarmana gerek yok.

Bu hayatınızı anında değiştirmekle ilgili değil.

İğneyi azar azar hareket ettirmek ve bu değişiklikleri sürdürülebilir kılmakla ilgili.

Bu, mikro seviyeye inmek ve her gün berbat bir şey yapmak anlamına gelir.

Yatağını toplamak, bulaşıkları yıkamak, kıyafetlerini ütülemek ya da şafaktan önce kalkıp her gün iki mil koşmak kadar basit olsa bile.

Bu rahat hale geldiğinde, beşe, ardından on mile çıkart. Tüm bunları zaten yapıyorsan, yapmadığın bir şey bul.

Hepimizin hayatında görmezden geldiği veya geliştirebileceği alanlar vardır.

Seninkini bul. Genellikle zayıf yönlerimizden çok güçlü yönlerimize odaklanmayı seçeriz.

Zayıf yönlerini güçlü yönlerin haline getirmek için bu zamanı kullan.

Seni rahatsız eden küçük şeyler bile yapmak, güçlü olmana yardımcı olacaktır.

Ne kadar sık rahatsız olursan, o kadar güçlenirsin ve kısa sürede stresli durumlarda kendinle daha üretken bir diyalog geliştirirsin.

İmkansız görevlerinde başarılar.

BÖLÜM 4
RUHLARI ALMAK

İLK SARSINTI BOMBASI YAKIN UZAKTAN PATLADI VE ORADAN itibaren her şey ağır çekimde çözüldü.

Bir dakika ortak salonda takılıyorduk, saçmalıyorduk, savaş filmleri izliyorduk, geleceğini bildiğimiz savaş için gaza basıyorduk. Sonra o ilk patlama bir başkasına yol açtı ve aniden Psikopat Pete ciğerlerinin tüm gücüyle bağırarak yüzümüze çarptı, yanakları kıpkırmızı elma şekeri, sağ şakağındaki o damar zonkluyordu. Çığlık attığında gözleri patladı ve tüm vücudu titriyordu.

"Mola! Siktir! Dışarı! Kıpırdayın! Kıpırdayın! Kıpırdayın!"

Tekne ekibim tıpkı planladığımız gibi tek sıra halinde kapıya koştu. Dışarıda, Navy SEAL'ler M60'larını karanlığa, görünmez bir düşmana doğru ateşliyorlardı.

Tüm hayatımız boyunca beklediğimiz kötü rüyaydı: bizi tanımlayacak ya da öldürecek olan berrak kabus. Bize kiri vurmamızı söylediğimiz her dürtü, ama o anda tek seçeneğimiz hareket etmekti.

Makineli tüfek ateşinin tekrarlayan, derin bas gümbürtüsü bağırsaklarımızı delip geçti, yakın mesafedeki başka bir patlamanın turuncu halesi şiddetli güzellikte bir şok sağladı ve Öğütücü'de toplanıp emir beklerken kalplerimiz gümbür gümbür atıyordu. Bu bir

savaştı ama yabancı bir kıyıda yapılmayacaktı. Bu, hayatta verdiğimiz çoğu savaş gibi, kendi zihnimizde kazanılır veya kaybedilirdi.

Sapık Pete, alnı terden sırılsıklam olmuş, çukurlu asfaltı tekmeledi.

Sisli gecede tüfeğinin ağzından dumanlar tütüyordu. “Cehennem Haftası’na hoş geldiniz.

Beyler,” dedi bu sefer sakince,

Onun. Avını gözetleyen bir yırtıcı gibi bize tepeden tırnağa baktı.

“Acı çekmeni izlemek benim için büyük bir zevk olacak.”

Psycho tempoyu belirledi, şınavlar, mekikler, tekmeler, zıplayan hamleler ve pike bombardıman uçakları seslendi. Arada, o ve eğitmen arkadaşları bizi dondurucu suyla ıslattı. Tüm lanet zaman boyunca kıkırdıyor. Görünürde sonu olmayan sayısız tekrar ve set vardı.

Temel Su Altı Yıkım/SEAL (BUD/S) eğitimi altı ay sürer ve üç aşamaya ayrılır.

İlk Aşama tamamen beden eğitimi veya PT ile ilgilidir.

İkinci Aşama, su altında nasıl gezineceğimizi öğrendiğimiz ve kabarcık çıkarmayan ve karbondioksiti solunabilir havaya geri dönüştüren gizli, kapalı devre dalış sistemlerini kullandığımız dalış eğitimidir.

Üçüncü Aşama, kara savaşı eğitimidir. Ancak çoğu insan BUD/S'yi hayal ettiğinde Birinci Aşama'yı düşünür çünkü bunlar, sınıf kelimenin tam anlamıyla yaklaşık 120 kişiden sert, parlak omurgaya, yani 25 ila 40 erkeğe indirilene kadar yeni acemileri yumuşatan haftalardır.

Üç Dişli Mızrak'a daha layık. Dünyaya bizimle becerilemeyeceğimizi söyleyen amblem.

BUD/S eğitmenleri bunu erkekleri algılanan sınırlarının ötesinde çalıştırarak, erkekliklerine meydan okuyarak ve güç, dayanıklılık ve çeviklik gibi nesnel fiziksel standartlarda ısrar ederek yapar.

Test edilen standartlar. Eğitimin ilk üç haftasında, diğer şeylerin yanı sıra, dikey olarak on metrelik bir ipe tırmanmak, Amerikan Ninja Savaşçısı türü zorluklarla dolu yarım mil uzunluğundaki engelli parkuru on dakikadan kısa sürede çekiçlemek ve dört mil koşmak zorunda kaldık.

Otuz iki dakikadan kısa sürede zımparalayın. Ama bana sorarsan bunların hepsi çocuk oyuncağıydı. Birinci Aşama potası ile karşılaştırılamaz bile.

Cehennem Haftası tamamen farklı bir şey. Bu orta çağa ait ve eğitimin sadece üçüncü haftasında hızla üzerinize geliyor. Kaslarımızdaki ve eklemlerimizdeki zonklayan ağrı iyice arttığında ve gece gündüz nefesimizin fiziksel ritmimizin önüne geçtiği, ciğerlerimizin bir iblis tarafından sımsıkı sıkıştırılmış kanvas çantalar gibi şişip söndüğü sinirli, hiperventilasyon hissi ile yaşadık.

Yumruklar, 130 saat boyunca aralıksız. Bu, fizikselin çok ötesine geçen, kalbinizi ve karakterinizi ortaya çıkaran bir testtir. Her şeyden çok, tam olarak yapmak için tasarlandığı şey olan zihniyetinizi ortaya çıkarır.

İşin aslı, çoğu insan yapmaz.

Cehennem Haftası başladığında, en az kırk adam çoktan işi bırakmıştı ve bunu yaptıklarında zile doğru yürüyüp üç kez çalmak ve kasklarını betona takmak zorunda kaldılar.

Zilin çalması ilk olarak Vietnam döneminde getirildi çünkü pek çok adam eğitimler sırasında işi bırakıyor ve kışlaya doğru yürüyordu. Zil, erkekleri takip etmenin bir yoluydu, ama o zamandan beri bir erkeğin işi bıraktığı gerçeğini kabullenmek için gerçekleştirmesi gereken bir ritüel haline geldi. Vazgeçen için zil kapanıyor. Bana göre, her çınlama ilerleme gibi geliyordu.

Biz askere alınmadık. SEAL olmak bir seçimdir. Ve savaşın hararetinde ortaya çıkan o tek voleybol sorusu, eğitimde kaldığımız her saniyenin aynı zamanda bir seçim olduğu ve bu da SEAL olma fikrini mazoşizm gibi göstermeye başladı.

Bu gönüllü bir işkence. Ve bu, rasyonel zihin için hiçbir anlam ifade etmiyor, bu yüzden bu dört kelime bu kadar çok erkeği çözüyor.

Eğitmenler elbette bunların hepsini biliyor, bu yüzden erken bağırmayı bırakıyorlar. Bunun yerine, gece ilerledikçe Psikopat Pete endişeli bir ağabey gibi bizi teselli etti. Bize sıcak çorba, ılık bir duş, battaniyeler ve kışlaya geri dönmeyi teklif etti.

Vazgeçenler için kurduğu yem buydu ve sağda ve solda kask topladı. Bu basit soruyu cevaplayamadıkları için pes edenlerin ruhlarını alıyordu.

Anladım. Sadece Pazar olduğunda ve Cuma gününe gideceğinizi bildiğinizde ve zaten hiç olmadığı kadar soğuk olduğunuzda, onu

hackleyemeyeceğinize ve kimsenin yapamayacağına inanmaya başlarsınız. Evli adamlar, üşümek ve ıstırap çekmek yerine evde, güzel karıma sarılmış olabilirim diye düşünüyorlardı. Bekar erkekler, şu anda am avına çıkmış olabilirim diye düşündüler.

Bu tür ışıltılı cazibeyi görmezden gelmek zor ama bu, BUD/S'nin ilk aşamalarındaki ikinci turumdu. 230. Sınıf'ın bir parçası olarak Cehennem Haftası'nın kötülüğünü tatmıştım. Başaramadım ama pes etmedim, çifte zatürreye yakalandıktan sonra doktor tarafından çıkarıldım.

Doktorun emirlerine üç kez karşı geldim ve savaşta kalmaya çalıştım ama sonunda beni kışlaya zorladılar ve 231. Sınıfın birinci haftası olan birinci güne geri götürdüler.

İkinci BUD/S dersim başladığında o zatürree nöbetinden tamamen iyileşmiş değildim. Ciğerlerim hâlâ mukusla doluydu ve her öksürük göğsümü sallıyor ve sanki bir tırmık alveollerimin içini sıyırıyormuş gibi ses çıkarıyordu. Yine de, bu sefer şansımı çok daha fazla sevdim çünkü hazırlıklıydım ve kötü orospu çocuklarıyla dolu bir tekne ekibindeydim.

BUD/S tekne ekipleri boylarına göre sıralanmıştır çünkü Cehennem Haftası başladığında gittiğiniz her yere teknenizi taşımanıza yardımcı olacak kişilerdir.

SEAL'e ulaşmak için 100 pound düşürmek ve ASVAB testine iki kez girmek zorunda kalan imha edici ben vardım. Eğitim, yalnızca neredeyse anında geri alınacak. Bir de merhum Chris Kyle vardı. Onu Donanma tarihindeki en ölümcül keskin nişancı olarak tanıyorsunuz.

O kadar başarılıydı ki, Felluce'deki hacılar başına 580.000 ödül koydular ve Mühür Timi Üç'ün bir üyesi olarak koruduğu Deniz Piyadeleri arasında yaşayan bir efsane oldu.

Cesaretinden dolayı bir Gümüş Yıldız ve dört Bronz Yıldız kazandı, ordudan ayrıldı ve bir kitap yazdı. American Sniper, Bradley Cooper'ın oynadığı hit bir film oldu. Ama o zamanlar tek kelime etmeyen basit bir Texas saman tohumu rodeo kovboyuydu.

Sonra Bill Brown, namı diğer Freak Brown vardı. Çoğu insan ona Ucube derdi ve bundan nefret ederdi çünkü tüm hayatı boyunca ucube gibi davranılmıştı. Birçok yönden David Goggins'in beyaz versiyonuydu.

South Jersey'nin nehir kasabalarında sert çıktı. Mahalledeki daha büyük çocuklar, yarık damak ya da sınıfta yavaş olduğu için ona zorbalık etti, bu yüzden bu takma ad takılıp kaldı.

Sonunda altı aylık bir süre için bir gençlik gözaltı merkezine indiği için yeterince kavga etti. On dokuz yaşına geldiğinde mahallede tek başına yaşıyor, benzin istasyonu görevlisi olarak geçimini sağlamaya çalışıyordu. Çalışmıyordu. Paltosu ve arabası yoktu.

Her yere paslanmış, on vitesli bir bisikletle gidip geliyordu, kelimenin tam anlamıyla taşaklarını donduruyordu. İşten bir gün sonra, bir düzene, amaca ve sıcak tutacak giysilere ihtiyacı olduğunu bildiği için bir donanma askere alma bürosuna uğradı.

Ona SEALS'ten bahsettiler ve ilgisini çekti ama yüzemedi. Tıpkı benim gibi kendi kendine öğrendi ve üç denemeden sonra sonunda SEAL yüzme testini geçti.

Brown'ın bildiği bir sonraki şey, Ucube takma adının onu takip ettiği BUD/S'deydi. PT'yi salladı ve Birinci Aşamayı geçti, ancak sınıfta neredeyse sağlam değildi. Navy SEAL dalış eğitimi, fiziksel olduğu kadar entelektüel olarak da zordur, ancak son kara savaşı

eğitimlerinden birinde, zamanlanmış bir sürede silahını yeniden monte etmeyi başaramadığında, BUD/S mezunu olduktan sonraki iki hafta içinde bunu atlattı ve aldı.

Cehennem Haftası'nı tatmıştım. Brown ve diğer birkaç adam da vardı ve mümkün olduğunu düşünmediğiniz düzeyde acı ve yorgunlukla karşı karşıya kaldığınızda bırakmayı düşünmenin ne kadar kolay olduğunu biliyorduk.

Uyuyamayacağınızı ve yakın zamanda hiçbir rahatlama olmayacağını bildiğinizde, yüz otuz saatlik ıstırap bin saat kadar acı çekebilir. Ve başka bir şey daha biliyorduk. Cehennem Haftası bir akıl oyunuydu. Eğitmenler, en iyi sporcuları bulmak için değil, katmanlarımızı koparmak ve soymak için acımızı kullandılar.

En güçlü zihinleri bulmak için. Bu, pes edenlerin çok geç olana kadar anlamadıkları bir şeydi.

Hayattaki her şey bir akıl oyunudur! Ne zaman hayatın büyük ve küçük dramlarına kapılsak, acı ne kadar kötü olursa olsun, işkence ne kadar yıpratıcı olursa olsun, tüm kötü şeylerin sona ereceğini uyduruyoruz. Bu unutma, duygularımız ve eylemlerimiz üzerinde kontrolü diğer insanlara verdiğimiz anda gerçekleşir ki bu, acı doruğa çıktığında kolayca gerçekleşebilir.

Cehennem Haftası boyunca. Bırakan erkekler, ulaşılabilecek hiçbir gösterge paneli olmadan sonuna kadar dönmüş bir koşu bandında koşuyormuş gibi hissettiler. Ama, anlasalar da anlamasalar da, bu, kandıkları bir yanılsamaydı.

Kendimi oraya koyduğumu, orada olmak istediğimi bilerek Cehennem Haftasına girdim. Ve bu berbat oyunu kazanmak için ihtiyacım olan tüm araçlara sahiptim, bu da bana sebat etme ve deneyimin sahibi olma tutkusunu verdi.

Sert oynamamı, kuralları esnetmemi ve Cuma öğleden sonra jambon çalana kadar nerede ve ne zaman olursa olsun bir avantaj aramamı sağladı. Bana göre bu bir savaştı ve düşmanlar, bizi yıkmak ve pes ettirmek istediklerini açıkça söyleyen eğitmenlerimizdi!

Programlarının kafamızda olması, daha sonra ne olacağını ezberleyerek zamanı kısaltmamıza yardımcı olur. Ve bundan daha fazlası, bize bir zafer kazandıracaktı. Bu da bize, o orospu çocuklarının bizi yendiği Cehennem Haftası'nda tutunacak bir şey verecekti.

Tabii ki, bir şeyin geleceğini bilmek, savaşın sadece küçük bir kısmı. Çünkü işkence işkencedir ve Cehennem Haftası'nda bunu aşmanın tek yolu içinden geçmektir.

Bir bakışla veya birkaç kelimeyle, adamlarımızın her zaman dışarı çıktıklarından emin oldum. Sahilde teknemizi başımızın üzerinde tutarken ya da o orospu çocuğunun kütüklerini aşağı yukarı koşturduğumuzda, sertleştik ve sörf işkencesi sırasında Platoon'un en hüzünlü ve en destansı şarkısını mırıldandım.

Biz Pasifik Okyanusu'na girerken.

Filmde her zaman ilham bulmuşumdur. Rocky, SEAL eğitimine davet edilme hayalimi gerçekleştirmem için beni motive etti, ancak Platoon bana ve ekibime Cehennem Haftası'nın karanlık gecelerinde, eğitmenlerin acımızla alay edip bize ne kadar üzgün olduğumuzu anlattıkları sırada bir avantaj bulmamda yardımcı olacaktı. Bizi tekrar tekrar baş hizasında sörf yapmaya gönderiyor.

Adagio in Strings, Platoon'daki en sevdiğim sahnelerden birinin müzikleriydi ve etrafımızı tüyler ürpertici bir sis sararken, Viet Cong tarafından vurulurken Elias gibi kollarımı iki yana açtım ve kıçımı patlatarak şarkı söyledim. İlk Aşama sırasında hepimiz o filmi birlikte izlemiştik ve maskaralıklarım, eğitmenleri kızdırmak ve ekibimi ateşlemek gibi ikili bir etkiye sahipti. Acı ve hezeyanda kahkaha anları

bulmak, bizim için tüm melodramatik deneyimi alt üst etti. Bize duygularımızı kontrol etmemizi sağladı. Yine, bunların hepsi bir akıl oyunuydu ve kesinlikle kaybetmeyeceğim.

Ancak oyun içindeki en önemli oyunlar eğitmenlerin tekne ekipleri arasında kurdukları yarışlardı. BUD/S'deki neredeyse her şey bir yarışmaydı. Sahilde tekneler ve kütükler çalıştırırdık. Kürek yarışlarımız vardı ve hatta engeller arasında bir kütük veya bir tekne taşıyarak lanet O-Course'u bile yaptık.

Onları dar kirişlerde, dönen kütüklerin üzerinden ve halat köprülerin üzerinden dengeleyerek taşırdık. Onu yüksek duvarın üzerinden gönderirdik ve o lanet şeyin üzerinden tırmanırken on metre yüksekliğindeki kargo ağının dibine düşürürdük.

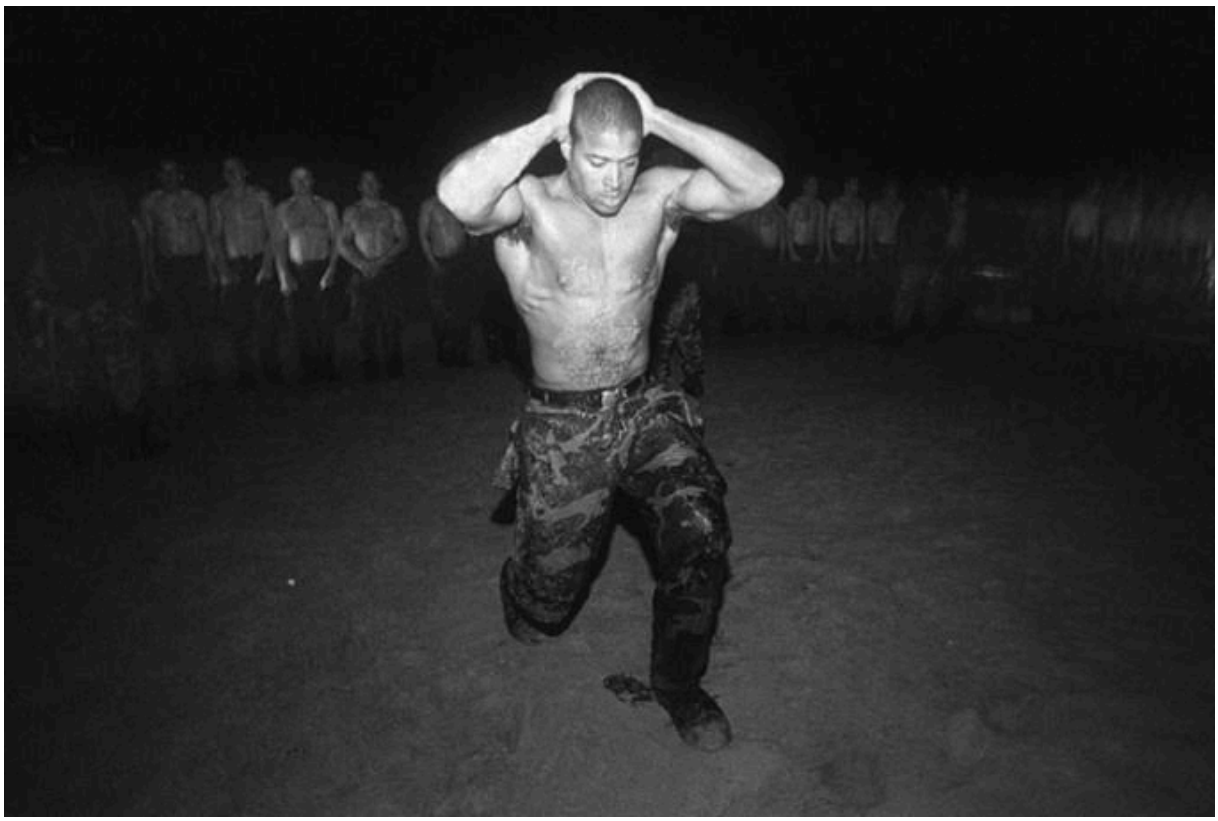
Kazanan takım neredeyse her zaman dinlenme ile ödüllendirildi ve kaybeden takımlar, Psycho Pete'den ekstra vuruşlar aldı. Islak kumda şınav ve mekik çekmeleri emredildi, ardından vücutları yorgunluktan titriyordu, bu da başarısızlığın üstüne başarısızlık hissi veriyordu. Psikopat onlara da haber versin. Pes edenleri avlarken yüzlerine güldü.

"Kesinlikle zavallısın." Dedi. "Umarım pes edersin çünkü savaş alanına girmene izin verirlerse hepimizi öldüreceksin!"

Onun sınıf arkadaşlarımı azarlamasını izlemek bende ikili bir duygu uyandırdı. İşini yapmasına aldırış etmezdim ama o bir zorbaydı ve taşaklardan hiç hoşlanmadım. BUD/S'ye döndüğümden beri bana çok sert geliyordu ve erkenden bana ulaşamayacağını ona göstermeye karar verdim.

Sörf işkencesi nöbetleri arasında. Çoğu erkek ısıyı vücuttan vücuda aktarmak için kıçı kıçı durduğunda.

Ayrı durdum Diğer herkes titriyordu. Seğirmedim bile ve bunun onu ne kadar rahatsız ettiğini gördüm.



(Cehennem haftasından bir kesit.)

Cehennem Haftası boyunca sahip olduğumuz tek lüks yemek yemekti. Krallar gibi yedik. Omlet, kızarmış tavuk ve patates, biftek, sıcak çorba, et soslu makarna, her türlü meyve, kek, soda, kahve ve çok daha fazlasından bahsediyoruz.

İşin püf noktası, başımızda o 200 kiloluk tekne ile orada bir mil koşmak zorunda kaldık. Eğitmenler bakmıyorken kumsalda başörtüsü takmak için yemek salonundan her zaman ıslak ve kumlu cebimde fıstık ezmeli bir sandviçle ayrıldım. Öğle yemeğinden bir gün sonra

Psycho bize bir milden biraz daha fazlasını vermeye karar verdi. Çeyrek mil işaretinde, hızını artırdığında, bizi doğrudan Grinder'a geri götürmediği belli oldu.

"Siktir gitseniz iyi olur çocuklar!" diye bağırdı, bir tekne mürettebatı geri çekilirken. BEN

Adamlarımı kontrol ettim. "Bu orospu çocuğunda kalıyoruz! Siktir git!"

"Anlaşıldı," dedi Ucube Brown. Sözüne sadık kalarak, Pazar gecesinden beri o teknenin ön tarafında -en ağır iki noktada- benimle birlikteydi ve daha da güçleniyordu.

Psycho bizi yumuşak kumların üzerinde dört milden fazla uzattı. O da bizi kaybetmeye çalıştı ama biz onun gölgesiydik. Kadansı değiştirdi. Bir dakika depar atıyordu, sonra çömelmiş, geniş bacaklı, fındıklarını tutuyor ve fil yürüyüşleri yapıyordu, sonra kumsalda başka bir rüzgar sprintine girmeden önce koşucu hızında koşuyordu.

O zamana kadar en yakın tekne çeyrek mil gerideydi, ama biz onun lanet olası topuklarını kırpıyorduk. Onun her adımını taklit ettik ve zorbamızın bizim pahasına herhangi bir tatmin kazanmasına izin vermeyi reddettik. Herkesi içmiş olabilir ama Boat Crew Two'yu içmedi!

Cehennem Haftası şeytanın operasıdır ve bir kreşendo gibi yükselir, Çarşamba günü işkenceyle zirveye ulaşır ve onlar Cuma öğleden sonra çağrılana kadar orada kalır.

Çarşambaya kadar hepimiz meteliksizdik, kutsal Cehenneme sürtülmüştük. Tüm vücudumuz büyük bir ahududu, sızan kedi ve kan.

Zihinsel olarak zombiydik. Eğitmenler bize basit tekne yükseltmeleri yaptırdı ve hepimiz sürükleniyorduk.

Mürettebatım bile o tekneyi güçlükle kaldırabildi. Bu arada Psycho, SBG ve diğer eğitmenler her zaman olduğu gibi zayıflıkları arayarak yakından izlemeye devam ettiler.

Eğitmenlere karşı gerçek bir nefretim vardı. Onlar benim düşmanımdı ve beynime girmeye çalışmalarından bıktım. Brown'a baktım ve bütün hafta boyunca ilk kez titremiş görünüyordu. Bütün ekip yaptı. Bok. Ben de mutsuz hissettim.

Dizim greyfurt büyüklüğündeydi ve attığım her adım sinirlerimi yakıyordu, bu yüzden beni ateşleyecek bir şeyler arıyordum. Psycho Pete'e kilitlendim. O orospu çocuğundan bıktım. Eğitmenler sakin ve rahat görünüyorlardı. Çaresizdik ve ihtiyacımız olan şeye sahiplerdi: enerji! Oyunu tersine çevirme ve kafalarında emlak sahibi olma zamanı gelmişti.

O gece mesailerini bitirip sekiz saatlik bir vardiyadan sonra eve döndüklerinde, biz hala sıkı çalışırken, Boat Crew 2'yi düşünmelerini istedim. Karılarıyla yatağa girdiklerinde onlara musallat olmak istiyordum.

Akıllarında o kadar çok yer kaplamak istedim ki kaldıramadılar bile. Bana göre bu, penislerine bıçak saplamak kadar güçlü olurdu. Bu yüzden, artık "Ruh Almak" adını verdiğim bir süreci uygulamaya koydum.

Brown'a döndüm, "Sana neden Ucube dediğimi biliyor musun?" Diye sordum. Biz tekneyi indirirken baktı, sonra gıcırdayan robotlar gibi yukarı kaldırdı.

“Çünkü sen hayatımda gördüğüm en kötü adamlardan birisin!”

Gülümsedi. “Ve burada bu orospu çocuklarına ne dediğimi biliyor musun?”

Sahilde toplanmış, kahve içen ve saçma sapan konuşan dokuz eğitmene dirseğimi uzattım.

“Gidip kendilerini becerebilirler diyorum!”

Ben ekibin geri kalanına dönerken Bill başını salladı ve işkencecilerimize gözlerini kısarak baktı. “Şimdi bu boku havaya kaldıralım ve onlara kim olduğumuzu gösterelim!”

“Lanet güzel,” dedi Bill. “Hadi yapalım!”

Saniyeler içinde tüm ekibim can aldı. Tekneyi sadece yukarı kaldırmadık.

Sertçe yere koyduk, yukarı fırlattık, başımızın üstünde yakaladık, kuma hafifçe vurduk

Onunla ve tekrar yukarı fırlattı. Sonuçlar hemen alındı ve

İnkar edilemez Acımız ve yorgunluğumuz azaldı. Her tekrar bizi daha güçlü ve daha hızlı yaptı ve tekneyi her havaya fırlattığımızda hepimiz şarkı söyledik. Eğitmenlere seni becermemiz buydu ve ikinci bir

rüzgarda süzülürken tüm dikkatlerini üzerimizde topladık. Dünyanın en zor haftasının en zor gününde

“İKİ TEKNE MÜRETTEBATINA ZARAR VEREMEZSİNİZ!”

Dünyanın en zor eğitimi. Tekne Mürettebatı İki yıldırım hızında hareket ediyordu.

Ve Cehennem Haftası ile alay ediyorduk. Eğitmenlerin yüzlerindeki bakış anlattı her şeyi.

Bir hikaye. Bir şeye tanık oluyormuş gibi ağızları açık kaldı.

Daha önce kimse görmemişti. Bazıları neredeyse utanarak gözlerini kaçırdı.

Sadece SBG memnun görünüyordu.

Cehennem Haftası’ndaki o geceden beri, Ruh Alma konseptini sayısız kez devreye soktum. Ruhları Almak, kendi yedek gücünüzü bulmanız ve ikinci bir rüzgarı sürmeniz için bir bilettir.

Herhangi bir yarışmayı kazanmak veya hayattaki tüm engelleri aşmak için başvurabileceğiniz bir araçtır. Onu bir satranç maçı kazanmak için kullanabilir ya da bir ofis siyaseti oyununda bir rakibi fethetmek için kullanabilirsiniz.

Bir iş görüşmesinde başarılı olmanıza veya okulda başarılı olmanıza yardımcı olabilir. Ve evet, her türlü fiziksel zorluğun üstesinden

gelmek için kullanılabilir, ancak unutmayın, bu kendi içinizde oynadığınız bir oyundur.

Fiziksel rekabet içinde olmadığınız sürece, birine hükmetmeye veya ruhunu ezmeye çalışmanızı önermiyorum. Aslında, bu oyunu oynadığınızı asla bilmeleri gerekmez. İçin bu bir taktiktir.

Görev çağırdığında elinden gelenin en iyisini yapacaksın. Kendi kendine oynadığın bir akıl oyunu.

Birinin ruhunu almak, taktiksel bir avantaj elde ettiğiniz anlamına gelir. Hayat tamamen taktik avantajlar aramakla ilgilidir, bu yüzden Hell Week programını çaldık, bu koşuda Psycho'nun topuklarını kıstık ve bu yüzden Platoon tema şarkısını mırıldanarak sörf yaparken kendimi gösterdim. Bu olayların her biri, bize güç veren bir meydan okuma eylemiydi.

Ama başkaldırmak her zaman birinin ruhunu almanın en iyi yolu değildir. Her şey bağlıdır.

BUD/S sırasında eğitmenler, bakmanıza aldırmadı.

Bunun gibi avantajlar için. Siz de tekmelediğiniz sürece saygı duydular.

Eşek. Kendi ödevini yapmalısın. Faaliyet gösterdiğiniz araziyi bilin,

Ne zaman ve nerede sınırları zorlayabileceğiniz ve ne zaman sıraya girmeniz gerektiği.

Ardından, savaşın arifesinde zihninizin ve bedeninizin envanterini çıkarın. Rakibinizin olduğu kadar, güvensizliklerinizi ve zayıflıklarınızı da listeleyin. Örneğin, zorbalığa maruz kalıyorsanız ve nerede yetersiz kaldığınızı veya kendinizi güvensiz hissettiğinizi biliyorsanız, bir zorbanın yolunuza atabileceği her türlü hakaret veya iğnelemenin önünde kalabilirsiniz.

Onlarla birlikte kendinize de gülebilirsiniz ki bu onları güçsüz kılar. Yaptıklarını veya söylediklerini daha az kişisel alırsanız, artık kart tutmazlar.

Duygular sadece duygulardır. Öte yandan, kendinden emin olan insanlar, diğer insanlara zorbalık yapmazlar. Diğer insanlara göz kulak olurlar, bu nedenle zorbalığa maruz kalırsanız, istismar edebileceğiniz veya yatıştırabileceğiniz sorunlu alanları olan biriyle karşı karşıya olduğunuzu bilirsiniz.

Bazen bir zorbayı yenmenin en iyi yolu onlara gerçekten yardım etmektir. İki üç adım ilerisini düşünebilirsen, onların düşünce süreçlerine hükmedeceksin ve bunu yaparsan, onlar farkına bile varmadan kahrolası ruhlarını almış olacaksın.

SEAL eğitmenlerimiz zorbalarımızdı ve Boat Crew Two'yu keskin tutmak için o hafta oynadığım oyunların farkında değillerdi. Ve zorunda değildiler. Cehennem Haftası boyunca bizim kahramanlıklarımıza takıntılı olduklarını hayal etmiştim ama bunu kesin olarak bilmiyorum.

Bu, zihinsel üstünlüğümü korumak ve mürettebatımızın galip gelmesine yardımcı olmak için kullandığım bir numaraydı.

Aynı şekilde, terfi için bir rakiple karşı karşıyaysanız ve

Nerede eksik olduğunuzu bilin, oyununuzu önünüzde şekillendirebilirsiniz

Görüşme veya değerlendirme. Bu senaryoda, zayıflıklarınıza gülmek işe yaramaz.

Onlara hakim olmalısınız.

Bu arada, rakibinizin güvenlik açıklarının farkındaysanız, bunları kendi avantajınıza çevirebilirsiniz, ancak bunların tümü araştırma gerektirir. Yine, araziyi tanıyın, kendinizi tanıyın ve rakibinizi ayrıntılı olarak tanısanız iyi olur.

Savaşın hararetine girdiğinizde, iş gücü korumaktır. Eğer bu zor bir fiziksel meydan okumaysa, rakibinizin ruhunu alabilmeniz için muhtemelen kendi şeytanlarınızı yenmeniz gerekecektir.

Bu, kesinlikle bir düşünce balonu gibi yükseleceği kesin olan basit sorunun yanıtlarını prova etmek anlamına gelir:

“Neden buradayım?”

O anın geleceğini bilirseniz ve cevabınızı hazırlarsanız, zayıflamış zihninizi görmezden gelmek ve hareket etmeye devam etmek için saliselik bir karar verecek donanıma sahip olacaksınız. Mücadelede kalmak için neden mücadelede olduğunuzu bilin!

Ve tüm duygusal ve fiziksel ıstırapların sonlu olduğunu asla unutmayın! Her şey sonunda biter. Acıya gülümseyin ve en az bir veya iki saniye acının solmasını izleyin.

Bunu yapabilirseniz, o saniyeleri bir araya getirebilir ve rakibinizin yapabileceğinizi düşündüğünden daha uzun süre dayanabilirsiniz ve bu, ikinci bir rüzgar yakalamak için yeterli olabilir. İkinci rüzgar konusunda bilimsel bir fikir birliği yoktur.

Bazı bilim adamları bunun sinir sisteminize akan endorfinlerin bir sonucu olduğunu düşünürken, diğerleri bunun laktik asidin yanı sıra glikojen ve trigliseritlerin performans göstermesi gereken kasların parçalanmasına yardımcı olabilecek bir oksijen patlaması olduğunu düşünüyor.

Bazıları bunun tamamen psikolojik olduğunu söylüyor. Tek bildiğim, kendimizi yenilmiş hissettiğimizde sert giderek Cehennem Haftası'nın en kötü gecesinde ikinci bir rüzgar atmayı başardığımız. Ve o ikinci rüzgarı arkanıza aldığınızda, rakibinizi yere sermek ve bir ruh kapmak kolaydır. İşin zor kısmı bu noktaya gelmektir, çünkü zafere giden yol genellikle kendinizi en kötü hissettiğinizde en iyi halinizi ortaya çıkarmaktır.

Sallanan tekne preslerinden sonra, tüm sınıfa sahile kurdukları ve askeri karyolalarla donattıkları büyük yeşil bir ordu çadırında bir saat uyku hediye edildi. O orospu çocuklarının şilteleri yoktu, ama üstü pamuklu bir lüks bulutu da olabilirdi çünkü bir kez yatay konuma geldiğimizde hepimiz gevşedik.

Ah, ama Psycho'nun benimle işi bitmemişti. Bir dakika yalnız uyumama izin verdi.

Sonra beni uyandırdı ve beni bire bir sahile götürdü. Sonunda kafama girmek için bir fırsat gördü ve tek başıma suya doğru sendelerken kafam karıştı, ama soğuk beni fena halde uyandırdı.

Fazladan bir saatlik özel sörf işkencemin tadını çıkarmaya karar verdim. Su göğüs hizasına geldiğinde bir kez daha Yaylılarla Adagio'yu mırıldanmaya başladım. Bu sefer daha yüksek sesle. O orospu çocuğunun dalgaların gürültüsünden beni duymasına yetecek kadar yüksek. O şarkı bana hayat verdi!

SEAL eğitimine ait olup olmadığımı görmek için gelmiştim.

İçimde var olduğunu hiç bilmediğim bir canavar. İçine dokunacağım bir canavar

O andan itibaren hayat her ters gittiğinde. Ondan çıktığımda

Okyanus, kendimi kırılmaz sanırdım.

Keşke.

Cehennem Haftası herkese zarar veriyor ve o gece daha sonra, kırk sekiz saat kala, şişliği indirmek için dizime Toradol iğnesi yaptırmak üzere sağlık kontrolüne gittim.

Sahile döndüğümde, tekne mürettebatı bir kürek tatbikatının ortasında denizdeydi. Sörf gümbürdüyordu, rüzgar dönüyordu. Psycho, SBG'ye baktı.

"Onu ne yapacağız?"

İlk defa tereddütlüydü ve beni alt etmeye çalışmaktan yorulmuştu. Hazırdım, her türlü zorluğa hazırdım ama Psycho bunu aşmıştı. Kıçıma spa tatili vermeye hazırdı.

İşte o zaman ondan daha uzun süre dayandığımı anladım; onun ruhuna sahip olduğumu. SBG'nin başka fikirleri vardı. Bana bir can yeleği verdi ve bağladı.

Şapkamın arkasına kimya ışığı.

Sahile hücum ederken, “Beni takip edin,” dedi. Ben yetiştim ve kuzeye epeyce koştuk. O zamana kadar, sisin ve dalgaların üzerinden tekneleri ve sallanan ışıklarını zar zor görebildik.

“Pekala Goggins. Şimdi git ve kahrolası tekneni bul!”

En derin güvensizliğime boş bir nokta indirmişti, güvenimi delip geçmişti ve ben hayretler içinde sessiz kalmıştım. ‘ diyen bir bakış attım.

“Benimle dalga mı geçiyorsun?”

O zamanlar iyi bir yüzücüydüm ve sörf işkencesi beni korkutmuyordu çünkü kıyıdan o kadar da uzakta değildik, açıklardaydık.

Bir fırtınada kıyıdan bin yarda açıkta hipotermik yüzerek, onlara doğru gittiğimden haberi olmayan bir tekneye mi? Bu kulağa ölüm cezası gibi geliyordu ve ben böyle bir şeye hazırlıklı değildim.

Ancak bazen beklenmedik şeyler kaos gibi çöker ve aramızdaki en cesur kişi bile hiçbir uyarı vermeden, yeteneklerimizin ötesinde görünen riskleri ve görevleri üstlenmeye hazır olmalıdır.

Benim için o an nasıl hatırlanmak istediğim önemliydi. Emri reddedebilirdim ve hiç yüzme arkadaşım olmadığı için başım belaya girmezdi (SEAL eğitiminde her zaman bir yüzme arkadaşıyla birlikte olmak gerekir) ve benden bir şey yapmamı istediği açıktı.

Son derece güvensizdi. Ama SEAL eğitimine girme amacımın bir Üç Dişli Mızrakla diğer tarafa geçmekten daha fazlası olduğunu da biliyordum. Benim için en iyinin en iyisine karşı çıkma ve kendimi sürüden uzaklaştırma fırsatıydı.

Bu yüzden, döven dalgaların ötesindeki tekneleri göremesem de korku üzerinde duracak zaman yoktu. Yapacak bir seçim yoktu.

“Goggins’ten ne bekliyorsun? Kaldır kıçını oraya ve bu işi mahvetme!”

“Anlaşıldı!” Bağırdım ve sörfe doğru koştum. Sorun şu ki, yüzdürme yeleğiyle sarılı, yaralı dizimi emziren, bot giyen, bok için yüzemiyordum ve dalgaların arasından eğilerek dalmak neredeyse imkansızdı.

Beyaz yıkamanın üzerinden geçmek zorunda kaldım ve zihnim bu kadar çok değişkeni yönetirken, okyanus her zamankinden daha soğuk görünüyordu.

Galonla su yuttum. Sanki deniz çenemi açıp vücudumu dolduruyor gibiydi ve her yudumda korkum büyüyordu.

SBG’nin karada en kötü durum senaryosuna göre bir kurtarma operasyonuna hazırlandığından haberim yoktu.

Daha önce başka bir erkeği bu duruma düşürmediğini bilmiyordum. Bende özel bir şey gördüğünün farkında değildim ve herhangi bir güçlü lider gibi, onu ne kadar ileri götürebileceğimi görmek istiyordu, o da cehennem gibi gergin bir halde yüzeydeki ışığımı izliyordu.

Bunların hepsini bana geçenlerde bir sohbette anlattı. O zamanlar sadece hayatta kalmaya çalışıyordum.

Sonunda sörfü geçtim ve kıyıdan yarım mil daha yüzdüm, ancak altı teknemin üzerimde olduğunu fark ettim, sendeleyerek sallandım ve

Dört metrelik bir rüzgar kabarması sayesinde görüş alanı dışında. Orada olduğumu bilmiyorlardı! Işığım zayıftı ve siperde hiçbir şey göremiyordum. Onlardan birinin bir dalganın zirvesinden hızla aşağı inmesini ve beni biçmesini bekledim. Tek yapabildiğim, boğuk bir deniz aslanı gibi karanlığa havlamaktı.

“Tekne Ekibi İki! Tekne Ekibi İki!”

Adamlarımın beni duyması küçük bir mucizeydi. Teknemizi döndürdüler ve Freak Brown beni büyük kıç kancalarıyla yakaladı ve değerli bir av gibi çekti. Teknenin ortasına uzandım, gözlerim kapalıydı ve hafta boyunca ilk kez matkapla vuruldum. O kadar üşümüştüm ki bunu saklayamıyordum.

“Kahretsin, Goggins,”

dedi Brown, “çıldırmış olmalısın! İyi misin?” Bir kez başımı salladım ve kendimi tuttum. O ekibin lideriydim ve zayıflık göstermeme izin veremezdim.

Vücudumdaki her kası gerdim ve titremem gerçek zamanlı olarak duracak kadar yavaşladı.

“Lanet olası cepheden böyle yönetilirsin.” Dedim yaralı bir kuş gibi tuzlu suyu öksürerek. Uzun süre asık suratımı koruyamadım. Mürettebatım da yapamadı. Çılgın yüzmenin benim fikrim olmadığını çok iyi biliyorlardı.

Cehennem Haftası'nda zaman akıp giderken, Coronado'nun ünlü Silver Strand'ının hemen dışındaki demo çukurundaydık.

Çukur soğuk deli ile doldurulduğu ve buzlu su ile doldurulduğu. Bir ip köprü vardı -biri ayaklar, diğeri eller için olmak üzere iki ayrı hat- bir uçtan bir uca uzanıyordu.

Eğitmenler bizi düşürmeye çalışırken, her adam birer birer karşıya geçmek zorunda kaldı. Bu tür bir dengeyi sürdürmek muazzam bir çekirdek gücü gerektirir ve hepimiz pişmiştik ve aklımızın ucundaydık. Artı, dizim hala berbattı. Aslında daha da kötüleşmişti ve her on iki saatte bir ağrı kesici iğne yapılması gerekiyordu.

Ama ismim söylenince o ipe tırmandım ve hocalar işe gidince göbeğimi esnettim ve elimde kalanlarla tutundum.

Cehennem Haftasını atlatmanın hayatımın şimdiye kadarki en büyük onuru olacağını düşünüyorum. BUD/S'den hiç mezun olmasam bile, Cehennem Haftası'ndan sağ çıkmam tek başına bir anlam ifade ederdi.

Ama sadece hayatta kalmadım. Hell Week'i sınıfımın birincisi olarak bitirmek üzereydim ve ilk kez. Kötü bir orospu çocuğu olduğumu biliyordum.

Bir zamanlar başarısızlığa çok odaklanmıştım. Denemeye bile korkuyordum.

Tüm hayatım boyunca. Sudan ve özellikle soğuktan çok korkardım.

Su, ama son saatte orada dururken okyanusun, rüzgarın ve çamurun daha da soğuk olmasını diledim! BUD/S'deki başarımın büyük bir

parçası olan fiziksel olarak tamamen değiştim ama Cehennem Haftası'nda beni gören şey zihnimdi ve onun gücünden yeni yararlanmaya başlıyordum.

Eğitmenler beni o halat köprüden mekanik bir boğa gibi atmak için ellerinden geleni yaparken ben de bunu düşünüyordum. Sert bir şekilde asıldım ve olabildiğince uzağa gittim.

Freak Brown kalkmama yardım ederken. Bundan kısa bir süre sonra SBG kenara adım attı

"Cehennem Haftası güvende!" Hala geride kalan otuz adama bağırdı, sığlıklarda titreyerek. Hepimiz yıpranmış ve kanamış, şişmiş ve kaskatı kesilmiştik. "Harika bir iş çıkardınız çocuklar!"

Bazı adamlar sevinç çığlıkları attı. Diğerleri gözlerinde yaşlarla dizlerinin üzerine çöktü ve Tanrı'ya şükretti. Ben de gökyüzüne baktım, bir çanta için Freak Brown'ı çektim ve ekibime beşlik çaktım, Diğer tüm tekne mürettebatı kaybetmişti

Erkekler, ama Tekne Mürettebatı İki değil! Hiç adam kaybetmedik ve her yarışı kazandık!

Grinder'a giden bir otobüse binerken kutlamaya devam ettik. Vardığımızda, her adam için büyük bir pizzanın yanı sıra altmış dört onsluk bir şişe Gatorade ve gıpta ile bakılan kahverengi tişört vardı. O pizzanın tadı cennetten gelen kahrolası manna gibiydi ama gömlekler daha önemli bir şey ifade ediyordu.

BUD/S'ye ilk geldiğinizde her gün beyaz tişörtler giyiyorsunuz. Cehennem Haftası'ndan sağ çıktığınızda, onları kahverengi gömleklerle değiştirebilirsiniz.

Daha yüksek bir seviyeye ilerlediğimizin bir simgesiydi ve çoğunlukla başarısızlıkla geçen bir ömürden sonra, kesinlikle yeni bir yerdeymişim gibi hissettim.

Herkes gibi ben de anın tadını çıkarmaya çalıştım ama iki gündür dizim iyi gelmemişti ve ben de ayrılıp doktorlara görünmeye karar verdim.

Grinder'dan inerken sağıma baktım ve sıraya dizilmiş yüze yakın kask gördüm. Zili çalan adamlara aittiler ve heykelin yanından kıç güverteye kadar uzanıyorlardı.

Hoşlandığım bazı adamların isimlerini okudum. Nasıl hissettiklerini biliyordum çünkü Pararescue sınıfım bensiz mezun olduğunda oradaydım. Bu hatıra yıllarca bana hükmetti, ancak 130 saatlik Cehennemden sonra artık beni tanımlamadı.

O akşam herkesin sağlık görevlilerini görmesi gerekiyordu ama vücutlarımız o kadar şişmişti ki, genel ağrıdan kaynaklanan yaraları ayırt etmekte zorlanıyorduk. Tek bildiğim, sağ dizimin üç kez düzüldüğü ve etrafta dolaşmak için koltuk değneklerine ihtiyacım olduğuydu.

Ucube Brown sağlık kontrolünden yaralı ve hırpalanmış halde ayrıldı. Kenny temiz çıktı ve zar zor topalladı, ama çok ağrıyordu. Neyse ki, bir sonraki eğitimimiz yürüyüş haftasıydı.

Bok bir kez daha gerçek olana kadar yemek, içmek ve iyileşmek için yedi günümüz vardı. Fazla değildi ama 231. Sınıfta kalmayı başaran deli orospu çocuklarının çoğunun iyileşmesi için yeterliydi.

Öte yandan ben? Koltuk değneklerimi elimden aldıklarında şişmiş dizim daha iyileşmemişti. Ama yuhalama için zaman yoktu. Birinci Aşama eğlencesi henüz bitmemişti. Yürüyüş haftasından sonra düğüm atma geldi, bu kulağa pek hoş gelmeyebilir ama beklediğimden çok daha kötüydü çünkü o tatbikat havuzun dibinde yapıldı ve aynı eğitmenler tek bacaklı kıçımı boğmak için ellerinden gelenin en iyisini yapacaklardı.

Sanki Şeytan tüm şovu izlemiş, ara verilmesini beklemiş ve şimdi en sevdiği kısım geliyordu. BUD/S'nin tekrar yoğun bir şekilde başlamasından önceki gece, tüm gece boyunca dönüp dururken stresli beynimde onun sözlerinin çınladığını duyabiliyordum.

Acı çekmeyi sevdiğini söylüyorlar. Goggins. Kötü bir orospu çocuğu olduğunu düşünmen. Cehennemde uzun süreli kalışınızın tadını çıkarın!

GÖREV 4

Şu anda içinde bulunduğun herhangi bir rekabet durumunu seç.

Rakibin kim? Asi bir müşterin olan öğretmenin mi yoksa koçun mu, patronun mu?

Sana nasıl davranırlarsa davransınlar, yalnızca saygılarını kazanmanın değil, durumu tersine çevirmenin de bir yolu var.

MÜKEMMELLİK.

Bu, bir sınavda başarılı olmak, ideal bir teklif hazırlamak veya bir satış hedefini mahvetmek anlamına gelebilir.

Her ne ise, o projede veya o derste daha önce hiç olmadığı kadar çok çalışmanı istiyorum.

Her şeyi tam olarak istedikleri gibi yap ve ideal sonuç olarak belirledikleri standart ne olursa olsun, bunu aşmayı hedefle.

Antrenörün sana maçlarda zaman vermiyorsa, antrenmana hakim ol. Kontrol et.

Ekibinizdeki en iyi adam ol.

Saha dışında rakibinin eğilimlerini incele.

Oyunları ezberle ve spor salonunda antrenman yap.

Koçunu haksız çıkart.

Bu senin öğretmeninse, yüksek kaliteli işler yapmaya başla. Ödevlerine fazladan zaman ayır.

Onun için atamadığı kağıtları yaz! Derse erken gel. Sorular sor. Dikkat et. Ona kim olduğunu ve olmak istediğini göster.

Patronsa, günün her saati çalış. Onlardan önce işe koyul. Eve gittikten sonra ayrıl.

Bu boku gördüklerinden ve teslim etme zamanı geldiğinde maksimum beklentilerini aştıklarından emin ol.

Kiminle uğraşıyor olursan ol, amacın onların asla kendi başlarına yapamayacakları şeyleri başardığını görmelerini sağlamaktır.

Ne kadar harika olduğunu düşünmelerini istiyorum.

Olumsuzlukları al ve sahip olduğun her şeyle görevlerine hükmetmek için kullan.

ONLARIN KAHROLASI RUHUNU AL!

BÖLÜM 5
ZIRHLI ZİHİN

“DİZİN ÇOK KÖTÜ GÖRÜNÜYOR GOGGINS”

Hiçbir bok yok, doktor. Yürüyüş haftasında iki gün kala, takip için tıbbi olarak gelirdim.

Doktor kamuflajlı pantolonumu sıvadı ve sağ diz kapağımı hafifçe sıktığında, beynime bir ağrı saplandı ama bunu gösteremedim.

Rol yapıyordum. Dövüşe hazır, hırpalanmış ama sağlıklı bir BUD/S öğrencisiydim ve bunu başarmak için yüzümü buruşturamazdım. Dizimin berbat olduğunu ve tek ayak üzerinde beş aylık bir eğitim daha alma ihtimalinin düşük olduğunu zaten biliyordum, ancak başka bir geri dönüşü kabul etmek, başka bir Cehennem Haftasına katlanmak anlamına geliyordu ve bu, işlenmesi çok fazlaydı.

"Şişlik pek inmedi. Nasıl hissediyorsun?"

Doktor da bir rol oynuyordu. SEAL adayları, Deniz Özel Harp Komutanlığı'ndaki sağlık personelinin çoğuyla sorma, söyleme anlaşması yaptı.

Ona herhangi bir şey açıklayarak doktorun işini kolaylaştıracak değildim ve o da ihtiyatlı davranıp bir adamın rüyasında ipi çekmeyecekti.

Elini kaldırdı ve acım dindi. Öksürdüm ve stetoskobunun soğuk gerçekliğini tenimde hissedene kadar zatürree ciğerlerimde bir kez daha sarsıldı.

Cehennem Haftası ilan edildiğinden beri, öksürerek kahverengi mukus düğümleri atıyordum. İlk iki gün gece gündüz yatakta yattım, onları bir Gatorade şişesine tükürdüm ve orada onları pek çok sent gibi sakladım. Zar zor nefes alıyordum ve fazla hareket edemiyordum.

"Sorun yok doktor," dedim. "Biraz sert, hepsi bu."

İhtiyacım olan şey zamandı. Acıyı nasıl bastıracağımı biliyordum ve vücudum neredeyse her zaman performansla karşılık vermişti. Dizim havlıyor diye bırakmayacaktım. Eninde sonunda gelecekti. Doktor, ciğerlerimdeki ve simülelerimdeki tıkanıklığı azaltmak için ilaç verdi

ve dizim için bana biraz Motrin verdi. İki gün içinde nefesim düzeldi. Ama yine de sağ bacağımı bükemedim.

Bu bir sorun olurdu.

BUD/S'de beni kırabileceğini düşündüğüm tüm anlar arasında, radarıma asla düğüm atma egzersizi kaydedilmedi. Ayrıca, bu kahrolası İzciler değildi. Bu, havuzun on beş fitlik bölümünde yapılan bir su altı düğüm atma tatbikatıydı.

Ve havuz, bir zamanlar olduğu gibi içime ölümcül bir korku salmasa da, olumsuz bir şekilde yüzer durumda olduğu için, herhangi bir havuz gelişiminin, özellikle de su arıtmayı gerektirenlerin, benim sonum olabileceğini biliyordum.

Cehennem Haftası'ndan önce bile havuzda test edilmiştik.

Eğitmenlere sahte kurtarmalar yapmak ve tek nefeste elli metre su altında paletsiz yüzmek zorunda kaldık. Bu yüzme, suya dev bir adımla başladı ve ardından herhangi bir momentumu çekmek için tam bir takla attı.

Sonra yandan tekmelemeden kulvar çizgileri boyunca yirmi beş metrelik havuzumuzun sonuna kadar yüzdük. Uzak tarafta, duvarı tekmelememize ve sonra geri yüzmemize izin verildi. Elli metre işaretine geldiğimde ayağa kalktım ve nefes almak için nefes aldım. Nefesim düzelene kadar kalbim gümbür gümbür atıyordu ve aslında bize sakin, soğukkanlı olmayı ve su altında nefesimizi tutabilmeyi öğretmesi gereken bir dizi karmaşık su altı eğitiminin ilkini geçtiğimi kavradım.

Düğüm atma eğitimi serinin bir sonraki aşamasıydı ve bu, çeşitli düğümleri atma yeteneğimizle veya maksimum nefes tutma süremizi ayarlamayla ilgili değildi. Elbette, her iki beceri de amfibi operasyonlarında kullanışlıdır, ancak bu tatbikat daha çok, farklı bir ortamda birden fazla stres kaynağıyla hokkabazlık yapma kapasitemiz hakkındaydı.

İnsan hayatı için sürdürülebilir Sağlığıma rağmen, tatbikata biraz güvenle gidiyordum. Su arıtmaya başlayınca işler değişti.

Havuzun karşısına dizilmiş sekiz öğrenciyle tatbikat işte böyle başladı. Ellerimizi ve bacaklarımızı yumurta çırpıcı gibi hareket ettiriyoruz.

Bu benim için iki sağlam bacakta yeterince zor, ama sağ dizim çalışmadığı için sadece sol dizimle suda yürümek zorunda kaldım.

Bu, zorluk derecesini ve enerjimi tüketen kalp atış hızımı artırdı.

Bu gelişim için her öğrencinin kendisine atanmış bir eğitmeni vardı ve Psikopat Pete benden özellikle istedi. Belli ki mücadele ediyordum ve Psycho ve onun kırılan gururu biraz intikam almaya can atıyordu. Sağ bacağımın her dönüşünde, havai fişek gibi şok dalgaları patladı. Psycho bana göz dikerken bile. Bunu saklayamadım. Yüzünü buruşturduğumda, Noel sabahı bir çocuk gibi gülümsedi.

“Kare bir düğüm atın! Sonra bir bowling!” O bağırdı. O kadar çok çalışıyordum ki

Nefesimi tutmakta zorlandım ama onun umrunda bile değildi.

“Şimdi,

Kahretsin!” Havayı yuttum, belden eğildim ve yere tekme attım.

Matkapta toplam beş düğüm vardı ve her öğrenciye sekiz inçlik halat dilimlerini alıp havuzun dibinde teker teker bağlamaları söylendi. Arada bir nefes verildi, ancak tek bir nefeste beş düğümün hepsini yapabildik. Eğitmen düğümleri çağırdı. Ancak ilerleme hızı her öğrenciye bağlıydı.

Eğitimi tamamlamak için maske veya gözlük kullanmamıza izin verilmedi ve yüzeye çıkmamıza izin verilmeden önce eğitmenin her düğümü bir başparmak yukarıya ile onaylaması gerekiyordu. Bunun yerine başparmağıyla aşağıyı gösterirlerse, o düğümü doğru bir şekilde yeniden bağlamak zorunda kalırdık ve belirli bir düğüm onaylanmadan yüzeye çıkarsak, bu başarısızlık ve eve dönüş bileti anlamına geliyordu.

Yüzeye geri döndüğünüzde, görevler arasında dinlenme veya rahatlama yoktu. Tek bacaklı adam için kalp atışlarının hızlanması ve kan dolaşımındaki oksijenin sürekli olarak yanması anlamına gelen sürekli nakarat su akıtmaktı. Tercüme: dalışlar cehennem kadar rahatsızdı ve bayılma

Gerçek bir olasılıktı. Ben düğümlerimi atarken Psikopat maskesinin ardından bana dik dik baktı. Yaklaşık sonra

Otuz saniye sonra ikisini de onayladı ve yüzeye çıktık.

Dizimdeki ağrı o kadar kötüydü ki alnımda boncuk boncuk ter hissettim. Isıtılmamış bir havuzda terlerken, her şeyin berbat olduğunu bilirsiniz. Nefesim kesildi, enerjim azaldı ve bırakmak istedim ama bu evrimi bırakmak BUD/S'yi tamamen bırakmak anlamına geliyordu ve bu olmuyordu.

"Oh hayır, yaralandın mı Goggins? Amında biraz kum mu var?" psikopat sordu "Son üç düğümü tek nefeste yapamayacağına bahse girerim."

Bana meydan okuyormuş gibi sırıtarak söyledi. Kuralları biliyordum. Meydan okumasını kabul etmek zorunda değildim ama bu Psycho'yu biraz fazla mutlu ederdi ve buna izin veremezdim. Başımı salladım ve suda yürümeye devam ettim, nabzım düzelene ve derin, besleyici bir nefes alabilene kadar dalışımı erteledim. Psikopat buna sahip değildi. Ne zaman ağzımı açsam, beni daha da strese sokmak için yüzüme su çarptı, kursiyerler paniğe kapılmaya başladığında bu taktik kullanıldı. Bu nefes almayı imkansız hale getiriyordu.

"Şimdi bat yoksa başarısız olursun!"

Zamanım tükenirdi. Ördek dalışımdan önce biraz hava yutmaya çalıştım ve negatif bir nefes tutmayla havuzun dibine dalarken bunun yerine bir ağız dolusu Psycho'nun sıçrayan suyunun tadına baktım. Ciğerlerim neredeyse boştu, bu da zıpladığım için acı çektiğim anlamına geliyordu, ama ilkini birkaç saniye içinde bayılttım. Psikopat çalışmamı inceleyerek tatlı zamanını aldı. Kalbim yüksek alarmlı Mors alfabesi gibi güm güm atıyordu. Göğüs kafesimi kırmaya ve özgürlüğe uçmaya çalışıyormuş gibi göğsümde takla attığını hissettim. Psycho sicime baktı, ters çevirdi ve ağır çekimde baş parmağını kaldırmadan önce gözleri ve parmaklarıyla inceledi. Başımı salladım, ipi çözdüm ve bir sonrakine vurdum. Göğsüm yanarken ve diyafram

kasılırken, boş ciğerlerime hava girmeye çalışırken yine yakından inceledi. Dizimdeki ağrı seviyesi ondaydı. Çevre görüşümde yıldızlar toplandı. Bu çoklu stresörler beni bir Jenga kulesi gibi sallandırdı ve bayılmak üzereymişim gibi hissettim.

Böyle bir şey olursa, beni yüzerek yüzeye çıkarması ve etrafından dolaştırması için Psycho'ya güvenmem gerekirdi. Bu adamın bunu yapacağına gerçekten güveniyor muydum? Benden nefret ediyordu. Ya yürütmeyi başaramazsa? Ya bedenim bir kurtarıcı nefesin bile beni uyandıramayacağı kadar yanmışsa?

Aklım, asla gitmeyen o basit zehirli sorularla dönüyordu. Neden buradaydım? Bırakıp tekrar rahat edebilecekken neden acı çekeyim? Lanet bir düğüm tatbikatı için neden bayılma ve hatta ölüm riskini göze alasınız? 11'in yenilip yüzeye çıkması durumunda SEAL kariyerimin o anda ve orada sona ereceğini biliyordum, ama o anda neden umursadığımı anlayamıyordum.

Psycho'ya baktım. Başparmağını havaya kaldırdı ve lanet olası bir komedi şovu izliyormuş gibi yüzünde aptalca bir gülümseme vardı. Acımdan duyduğu anlık zevk, bana gençken hissettiğim tüm zorbalık ve alayları hatırlattı, ama kurbanı oynamak ve olumsuz duyguların enerjimi tüketmesine ve beni yüzeye zorlamasına izin vermek yerine, sanki bir başarısızlıktı. Beynimde senaryoyu çevirmeme izin veren yeni bir ışık parladı.

Hayatım boyunca, yaşadığım her şeye hep yanlış bir bakış açısıyla baktığımı ilk kez fark ettiğimde zaman durdu. Evet, yaşadığım tüm tacizler ve üstesinden gelmek zorunda kaldığım olumsuzluklar beni özüne kadar zorladı, ama o anda kendimi kötü koşulların kurbanı olarak görmeyi bıraktım ve bunun yerine hayatımı nihai eğitim alanı

olarak gördüm. Dezavantajlarım başından beri aklımı meşgul ediyordu ve beni o havuzda Psikopat Pete ile o ana hazırlamıştı.

Indiana'da spor salonundaki ilk günümü hatırlıyorum. Avuçlarım yumuşaktı ve çeliği kavramaya alışık olmadıkları için hızla parmaklıklara takıldı. Ancak zamanla, binlerce tekrardan sonra avuç içlerimde koruma olarak kalın bir nasır oluştu. Aynı prensip, zihniyet söz konusu olduğunda da çalışır. İstismar ve zorbalık, başarısızlıklar ve hayal kırıklıkları gibi zorluklarla karşılaşana kadar, zihniniz yumuşak ve açıkta kalacaktır.

Yaşam deneyimi, özellikle olumsuz deneyimler zihnin duygusuzlaşmasına yardımcı olur. Ama bu duygusuzluğun nereye varacağı size kalmış. Kendinizi yetişkinliğe kadar koşulların kurbanı olarak görmeyi seçerseniz, bu duygusuzluk sizi alışılmadık olandan koruyan küskünlüğe dönüşecektir.

Sizi çok temkinli ve güvensiz yapacak ve muhtemelen dünyaya çok kızacak. Sizi değişimden ve ulaşılması gereken elden korkutacak, ama zihninizi katılaştırmayacak. Gençken oradaydım ama ikinci Cehennem Haftamdan sonra yeni biri olmuştum. O zamana kadar pek çok korkunç durumla mücadele ettim ve daha fazlası için açık ve hazır kaldım. Açık kalma yeteneğim, kendi hayatım için savaşma isteğimi temsil ediyordu,

Kurbanımın zihniyetine karşı duyarsızdım artık. O bok gitmişti, katmanların altına gömülmüştü

Terden ve lanet olası sert etten ve korkularımdan dolayı duyarsızlaşmaya başlamıştım

Fazla. Bu farkındalık bana Psycho'dan daha uzun süre dayanmam için ihtiyacım olan zihinsel üstünlüğü verdi.

Bir kez daha Pete.

Ona artık beni incitemeyeceğini göstermek için ona gülümsedim ve

Bir bilinç kaybının eşiğinde olmak ortadan kalktı. Birden enerjim yerine geldi

Ağrı azaldı ve bütün gün altında kalabileceğimi hissettim. Psikopat bunu bende gördü

Gözler. Son düğümü yavaşça ona diktim ve sürekli ona dik dik baktım. Diyafram kasılırken elleriyle acele etmem için işaret etti. Sonunda bitirdim, bana hızlı bir onay verdi ve nefes almak için çaresizce yüzeye tekme attı.

Acele etmedim, üst tarafa katıldım ve kendimi garip bir şekilde rahatlamış hissederken nefesini tuttuğunu gördüm. Hava Kuvvetleri paraşütle kurtarma eğitimi sırasında çipler havuzdayken. Bağlamıştım. Bu sefer suda büyük bir savaş kazandım.

Büyük bir zaferdi ama savaş bitmedi. Düğüm atma evrimini geçtikten sonra, tırmanmak için iki dakikamız vardı.

Güverteye çıkın, giyinin ve sınıfa geri dönün. Birinci Aşamada,

Bu genellikle bol bir zaman, ama çoğumuz – sadece ben değil, hala düşünüyorduk

Cehennem Haftası'ndan ve tipik aydınlatma hızımızda hareket etmiyoruz. Üstüne üstlük,

Cehennem Haftasını geçtiğimizde, 231. Sınıf biraz farklı bir tavır aldı.

Cehennem Haftası, size bir insanın bildiğinizden çok daha fazlasını yapabileceğini göstermek için tasarlandı. Zihninizi insan potansiyelinin gerçek olasılıklarına açar ve bununla birlikte zihniyetinizde bir değişiklik gelir.

Artık bütün gün soğuk sudan veya şınav çekmekten korkmuyorsunuz. Size ne yaparlarsa yapsınlar sizi asla kıramayacaklarını anlıyorsunuz, bu yüzden keyfi teslim tarihlerini belirlemek için çok acele etmiyorsunuz. Biliyorsun, eğer başaramazsan, eğitmenler seni yener. Şınav çekmek, ıslanmak ve kumlanmak, ağrı ve rahatsızlık oranını artıracak her şey anlamına gelir, ancak bizler için parmak eklemleri hala karışımda.

Tavrımız şuydu: Kahretsin! Artık hiçbirimiz eğitmenlerden korkmuyorduk ve acele edecek değildik. Bu lanet şeyi hiç sevmediler.

BUD/S'deyken çok fazla dayak yediğimi görmüştüm ama o gün aldığımız, tarihin en kötülerinden biri olarak geçecek. Güverteden kalkamayacak hale gelene kadar şınav çektik, sonra bizi sırtüstü çevirdiler ve çarpıntı tekmeleri istediler. Her tekme benim için işkenceydi.

Psycho ve SBG aşağı indi ve sırayla bana saldırdı. Yorulana kadar şınavdan çırpınan tekmelere ve ayı sürünmesine gittim. O ayı

emeklemelerini yapmak için dizimi her büktüğümde dizimin hareketli parçalarının kaydığını, havada süzüldüğünü ve tutulduğunu hissedebiliyordum ve bu çok ıstırap vericiydi.

Normalden daha yavaş hareket ettim ve kırıldığımı biliyordum. Bu basit soru tekrar gündeme geldi. Neden? Neyi kanıtlamaya çalışıyordum? Vazgeçmek mantıklı bir seçim gibi görünüyordu. Sıradanlığın rahatlığı, Psycho kulağıma haykırana kadar kulağa tatlı bir rahatlama gibi geliyordu.

“Daha hızlı hareket et, orospu çocuğu!”

Yine inanılmaz bir duygu üzerimi kapladı. Bu sefer onu alt etmeye odaklanmamıştım. Hayatımın en büyük acısını yaşıyordum ama havuzdaki zaferim dakikalar önce geri geldi. Donanma SEAL’lerine ait olacak kadar iyi bir denizci olduğumu sonunda kendime kanıtlamıştım.

Hayatı boyunca hiç yüzme dersi almamış, olumsuz bir şekilde batmayan bir çocuk için baş döndürücü şeyler. Ve oraya gelmemin nedeni, işe koyulmuş olmamdı. Havuz benim kriptonitim olmuştu. Bir SEAL adayı olarak çok daha iyi bir yüzücü olmama rağmen, sudaki gelişmeler konusunda o kadar stresliydim ki, bir günlük eğitimden sonra haftada en az üç kez havuza giderdim.

Sırf çalışma saatleri dışında erişim sağlamak için on beş fitlik çite tırmandım. Akademik yönü dışında, BUDS’ın beklentileri hakkında hiçbir şey beni yüzme tatbikatları kadar korkutmadı ve zaman ayırarak bu korkuyu duygusuzlaştırabildim ve baskı arttığında su altında yeni seviyelere ulaştım.

Psycho ve SBG beni yenerken duygusuz bir zihnin inanılmaz gücünü düşündüm ve bu düşünce bedenimi ele geçiren bir duyguya dönüştü ve o havuzun etrafında bir ayı kadar hızlı hareket etmemi sağladı. Yaptığıma inanamıyordum. Yoğun acı gitmişti ve o rahatsız edici sorular da gitmişti. Her zamankinden daha fazla çaba harcıyor, yaralanma ve ağrı toleransı sınırlarını aşıyor ve teslim edilen ikinci bir rüzgarı sürüyordum.

Nasırlı bir zihin tarafından. Ayı süründükten sonra kanat çırpmaya geri döndüm ve hala ağrım yoktu! Yarım saat sonra havuzdan çıkarken SBG,

“Goggins, seni Süpermen yapan ne var ki?” diye sordu.

Gülümsedim ve havuzdan çıktım.

Hiçbir şey söylemek istemedim çünkü şimdi ne bildiğimi henüz anlamadım.

Bir avantaj elde etmek için rakibin enerjisini kullanmaya benzer. Savaşın hararetinde nasırlı zihninize yaslanmak da düşüncelerinizi değiştirebilir. Neler yaşadığınızı ve bunun zihniyetinizi nasıl güçlendirdiğini hatırlamak, sizi olumsuz bir beyin döngüsünden çıkarabilir ve engelleri aşabilmeniz için o zayıf, bir saniyelik pes etme dürtülerini atlamanıza yardımcı olabilir.

Ve benim o gün havuzda yaptığım gibi duygusuz bir zihni kullandığınızda ve acıyla savaşmaya devam ettiğinizde, bu, sınırlarınızı zorlamanıza yardımcı olabilir çünkü acıyı doğal bir süreç olarak kabul ederseniz ve pes etmeyi reddederseniz. Hormonal akışınızı değiştiren sempatik sinir sistemini çalıştıracaksınız,

SEMPATİK SİNİR SİSTEMİ SİZİN SAVAŞ YA DA KAÇ REFLEKSİNİZDİR.

Yüzeyin hemen altında köpürüyor ve kaybolduğunuzda, stresli olduğunuzda ya da mücadele ettiğinizde, tıpkı benim üzgün bir çocukken olduğum gibi, zihninizin otobüsü süren kısmı budur. Hepimiz bu duyguyu daha önce tattık. Koşuya çıkmanın yapmak isteyeceğiniz son şey olduğu o sabahlar, ancak bunun ardından yirmi dakika sonra kendinizi enerjik hissedersiniz, bu sempatik sinir sisteminin işidir.

Bulduğum şey, kendi zihninizi nasıl yöneteceğinizi bildiğiniz sürece, arama sırasında ona dokunabileceğinizdir.

Olumsuz kendi kendine konuşmaya kendinizi kaptırdığınızda, sempatik bir yanıtın armağanları ulaşılamaz kalacaktır. Bununla birlikte, maksimum çabayla gelen bu acı anlarını, hayatınızda o noktaya gelmek için neler yaşadığınızı hatırlayarak yönetebilirseniz, sebat etmek ve kaçmak yerine savaşmayı seçmek için daha iyi bir konumda olacaksınız. Bu, sempatik bir tepkiyle gelen adrenalini daha da zorlamak için kullanmanıza izin verecektir.

İşteki ve okuldaki engeller de nasırlı zihninizle aşılabilir. Bu gibi durumlarda, belirli bir parlama noktasını zorlamak muhtemelen sempatik bir tepkiye yol açmaz, ancak kendi yetenekleriniz hakkında hissettiğiniz herhangi bir şüpheyi aşmak için sizi motive edecektir. Eldeki görev ne olursa olsun, her zaman kendinden şüphe etme fırsatı vardır. Bir hayalin peşinden gitmeye ya da bir hedef belirlemeye karar verdiğinizde, başarı olasılığının düşük olmasının tüm nedenlerini bulmanız da aynı derecede olasıdır.

İnsan zihninin berbat evrimsel bağlantılarını suçlayın. Ama şüphenin içine girmesine izin vermek zorunda değilsin

Arka koltukta oturan bir sürücü olarak şüpheye tahammül edebilirsiniz, ancak şüpheyi pilot koltuğuna oturtursanız, yenilgi garantidir. Daha önce zorluklardan geçtiğinizi ve her zaman tekrar savaşmak için hayatta kaldığınızı hatırlamak, kafanızdaki konuşmayı değiştirir. Şüpheyi kontrol etmenize ve yönetmenize izin verecek ve eldeki görevi başarmak için gerekli her adımı atmaya odaklanmanızı sağlayacaktır.

Kulağa basit geliyor, değil mi? Öyle değil Çok az insan düşüncelerinin ve şüphelerinin nasıl kabardığını kontrol etmeye zahmet bile etmez. Çoğumuz aklımızın kölesiyiz. Çoğu, düşünce süreçlerinde ustalaşmak söz konusu olduğunda ilk çabayı bile göstermez çünkü bu hiç bitmeyen bir angaryadır ve her seferinde doğru olması imkansızdır.

Ortalama bir insan saatte 2.000-3.000 düşünce düşünür. Dakikada otuz ila elli! Bu atışlardan bazıları kaleci tarafından kayacak. Bu kaçınılmaz. Özellikle hayatın içinden geçersen.

Beden eğitimi, düşünce sürecinizi nasıl yöneteceğinizi öğrenmek için mükemmel bir potadır, çünkü egzersiz yaparken odaklanmanız daha olasıdır ve strese ve acıya tepkiniz anında ve ölçülebilirdir. Söylediğin gibi sert vurup kişisel rekorunu mu kapıyorsun yoksa parçalanıyor musun? Bu karar nadiren fiziksel yeteneğe bağlıdır, neredeyse her zaman kendi zihninizi ne kadar iyi yönettiğinizin bir testidir. Kendinizi her bölmede zorlarsanız ve bu enerjiyi güçlü bir tempoyu sürdürmek için kullanırsanız, daha hızlı kayıt yapma şansınız çok yüksektir. Elbette, bazı günler bunu yapmak diğerlerinden daha

kolaydır. Ve saat ya da skor zaten önemli değil. En çok bırakmak istediğinde en çok zorlamanın önemli olmasının nedeni, zihnini duygusuzlaştırmana yardım etmesidir.

En az motive olduğunuzda işinizi en iyi şekilde yapmak zorunda olmanızın nedeni de budur. BUDS'ta PT'yi bu yüzden sevdim ve bugün hala bu yüzden seviyorum. Fiziksel zorluklar zihnimi güçlendiriyor, bu yüzden hayatın bana fırlattığı her şeye hazırım ve o senin için de aynısını yapacak.

Ama onu ne kadar iyi kullanırsan kullan, nasırlı bir zihin kırık kemikleri iyileştiremez. BUD/S yerleşkesine geri dönen bir mil uzunluğundaki yürüyüşte, zafer duygusu uçup gitti ve verdiğim zararı hissedebiliyordum. Önümde yirmi haftalık eğitim vardı, önümde düzinelerce gelişme vardı ve zar zor yürüyebiliyordum. Dizimdeki ağrıyı inkar etmek isterken, düzüldüğümü biliyordum ve topallayarak doğruca tıbba gittim.

Doktor dizimi gördüğünde hiçbir şey söylemedi. O sadece salladı

Baş ve beni kırık bir diz kapağını ortaya çıkaran bir röntgen çekmeye gönderdi. İçinde

BUD/S yedek oyuncular iyileşmesi uzun süren yaralar aldığında,

Eve gönderildi ve bana olan buydu. Kışlaya geri döndüm, moralim bozuldu ve kontrol ederken Cehennem Haftası'nda işi bırakan bazı adamlar gördüm. Miğferlerini zilin altına dizilmiş ilk gördüğümde. Onlar için üzülüyordum çünkü pes etmenin ne kadar boş bir his olduğunu biliyordum ama onları yüz yüze görmek bana başarısızlığın

hayatın bir parçası olduğunu ve artık hepimizin yolumuza devam etmemiz gerektiğini hatırlattı.

Bırakmamıştım, bu yüzden tekrar davet edileceğimi biliyordum ama bunun üçüncü bir Cehennem Haftası anlamına gelip gelmeyeceği hakkında hiçbir fikrim yoktu. Ya da iki kez yuvarlandıktan sonra, başarı garantisi olmadan başka bir acı kasırgasıyla savaşma arzusu hâlâ içimdeyse. Sakatlık sicilim göz önüne alındığında, nasıl yapabilirim? BUD/S yerleşkesinden daha önce hiç olmadığı kadar fazla öz farkındalık ve zihnim üzerinde daha fazla ustalıkla ayrıldım ama geleceğim de aynı derecede belirsizdi.

Uçaklar beni her zaman klostrofobik yapmıştır, bu yüzden San Diego'dan Chicago'ya giden trene binmeye karar verdim, bu da bana düşünmem için tam üç gün verdi ve aklım allak bullak olmuştu. İlk gün artık SEAL olmak isteyip istemediğimi bilmiyordum.

Çok şeyin üstesinden gelmiştim. Cehennem Haftasını yendim, nasırlı bir zihnin gücünü fark ettim ve su korkumu yendim. Belki de kendim hakkında yeterince şey öğrendim? Başka neyi kanıtlamam gerekiyordu? İkinci gün, kaydolabileceğim diğer tüm işleri düşündüm. Belki de devam edip bir itfaiyeci olmalıyım? Bu berbat bir iş ve farklı türden bir kahraman olmak için bir fırsat olurdu.

Ama üçüncü gün, tren Chicago'ya saparken, telefon kulübesi büyüklüğünde bir banyoya girdim ve Accountability Mirror'a baktım. Gerçekten böyle mi hissediyorsun? SEALS'ten vazgeçip sivil bir itfaiyeci olmaya hazır olduğuna emin misin? Başımı sallamadan önce beş dakika kendime baktım.

Yalan söyleyemem Kendime gerçeği yüksek sesle söylemek zorundaydım.

“Korkuyorum. Bütün o boktan şeyleri yeniden yaşamaktan korkuyorum. İlk günden, birinci haftadan korkuyorum.”

O zamana kadar boşanmıştım ama eski karım Pam, beni annemin Indianapolis’teki evine götürmek için tren istasyonunda karşıladı. Pam hâlâ Brezilya’da yaşıyordu. Ben San Diego’dayken iletişim halindeydik ve tren peronundaki kalabalığın arasından birbirimizi gördükten sonra alışkanlıklarımıza geri döndük ve o gece daha sonra yatağa düştük.

O yaz, Mayıs’tan Kasım’a kadar Orta Batı’da kaldım, iyileştim ve dizimi iyileştirdim. Hâlâ bir yedek askerdim ama Navy SEAL eğitimine geri dönme konusunda kararsız kaldım. Deniz Piyadeleri’ne baktım. Bir avuç itfaiye birimi için başvuru sürecini araştırdım ama sonunda BUD/S yerleşkesini aramaya hazır olarak telefonu aldım. Son cevabıma ihtiyaçları vardı.

Orada oturdum, telefonu tuttum ve SEAL eğitiminin sefaletini düşündüm. Kahretsin, sadece yemek yemek için günde altı mil koşuyorsun, antrenman koşuların hariç. Tüm gün yüzdüğüm ve kürek çektiğim, tüm gün boyunca başımızın üzerinde ağır tekneler ve kütükler taşıdığımız gözümde canlandı.

Saatler süren mekiklere, şınavlara, çarpıntı tekmelerine ve O-Course’a geçtim. Kumda yuvarlanma, bütün gün ve gece sürtünme hissini hatırladım. Anılarım bir zihin-beden deneyimiydi ve soğuğu iliklerime kadar hissettim. Normal bir insan vazgeçerdi. Kahretsin, böyle olması gerekmiyor derler ve kendilerine bir dakika daha işkence etmeyi reddederlerdi.

Ama normal kablolu değildim.

Numarayı çevirirken, olumsuzluk kızgın bir gölge gibi yükseldi. Bu dünyaya acı çekmek için geldiğimi düşünmeden edemedim. Neden kendi kişisel iblislerim, kaderler, Tanrı ya da Şeytan beni rahat bırakmıyor? Kendimi kanıtlamaya çalışmaktan bıktım.

Aklımı meşgul etmekten bıktım. Zihinsel olarak, ucuna kadar yıprandım. Aynı zamanda, yıpranmış olmak, sert olmanın bedeliydi ve eğer bırakırsam, bu duygu ve düşüncelerin öylece gitmeyeceğini biliyordum. Bırakmanın bedeli ömür boyu sürecek bir araf olacaktır.

Acı sona kadar mücadelede kalmadığımı bilmenin tuzağına düşerdim. Elenmekte utanılacak bir şey yok. O lanet havluyu attığın zaman utanç geliyor ve eğer acı çekmek için doğduysam, o zaman ilacımı alabilirim.

Eğitim görevlisi beni tekrar karşıladı ve birinci günden, birinci haftadan başladığımı onayladı. Beklendiği gibi, kahverengi gömleğimin beyaz olanla değiştirilmesi gerekecekti ve onun da paylaşacağı bir parça güneş ışığı daha vardı. “Bil diye söylüyorum, Goggins,” dedi, “BUD/S eğitiminden geçmene son kez izin vereceğiz. Yaralanırsan, hepsi bu. Bir daha geri gelmene izin vermeyeceğiz.”

“Anlaşıldı.” Söyledim.

235 Sınıfı sadece dört hafta içinde toplanacaktı. Dizim hâlâ tam olarak yerinde değildi ama hazır olsam iyi olur çünkü son test başlamak üzereydi.

Telefonu kapattıktan birkaç saniye sonra Pam aradı ve beni görmesi gerektiğini söyledi. İyi zamanlamaydı. Yine kasabadan ayrılıyordum, umarım bu sefer temellidir ve onunla aynı hizaya gelmem gerekiyordu.

Birbirimizden zevk alıyorduk ama bu benim için her zaman geçici bir şeydi. Bir kez evlenmiştik ve hâlâ tamamen farklı dünya görüşlerine sahip farklı insanlardık. Bu değişmemişti ve belli ki bazı güvensizliklerim de yoktu, çünkü beni tanıdık olana geri götürdüler. Delilik aynı şeyi tekrar tekrar yapıp farklı bir sonuç beklemektir. Asla çalışmazdık ve bunu söylemenin zamanı gelmişti.

Haberine ilk o ulaştı.

"Geç kaldım," dedi, elinde kahverengi bir kese kağıdıyla kapıdan fırlarken. "Geç geç gibi." Banyoya girerken heyecanlı ve gergin görünüyordu, ben yatağımda tavana bakarak yatarken o çantanın kırıştığını ve bir paketin yırtılarak açıldığını duyabiliyordum. Dakikalar sonra, elinde hamilelik testi ve yüzünde kocaman bir gülümsemeyle banyonun kapısını açtı. "Biliyordum," dedi alt dudağını ısırarak. "Bak David, hamileyim!"

Yavaşça ayağa kalktım, o bana sahip olduğu her şeyle sarıldı ve heyecanı kalbimi kırdı. Böyle gitmemeliydi. Hazır değildim Vücudum hala kırıktı, kredi kartı borcum 30.000 dolardı ve hala sadece bir yedektim. Kendi adresim ve arabam yoktu. Dengesizdim ve bu beni çok güvensiz yaptı. Artı, ben bu kadına aşık bile değildim. Omzunun üzerinden Sorumluluk Aynasına bakarken kendi kendime bunu söyledim. Asla yalan söylemeyen ayna.

Gözlerimi kaçırdım.

Pam haberi ailesiyle paylaşmak için eve gitti. Annemin evinin kapısına kadar onunla yürüdüm, sonra kendimi koltuğa attım. Coronado'da, boktan geçmişimle hesaplaştığımı ve orada bir güç bulduğumu hissettim ve burada bir kez daha emildim. Artık mesele sadece ben ve SEAL olma hayallerim değildi. Düşünmem gereken bir ailem vardı, bu da riskleri çok daha yükseltti.

Bu sefer başarısız olursam, bu duygusal ve finansal olarak sıfır noktasına geri döneceğim anlamına gelmez, ama olurdum. Annem eve geldiğinde ona her şeyi anlattım ve biz konuşurken baraj bozuldu ve içimden korku, üzüntü ve mücadelem fışkırdı. Başımı ellerimin arasına alıp hıçkıra hıçkıra ağladım.

"Anne, doğduğumdan bu yana hayatım bir kabustu. Gittikçe daha da kötüleşen bir kabus" dedim. "Ne kadar çabalarsam, hayatım o kadar zorlaşıyor."

"Bununla tartışamam, David," dedi. Annem cehennemi biliyordu ve bana bebek yapmaya çalışmıyordu. Hiç sahip olmadı. "Ama aynı zamanda seni bunun üstesinden gelmenin bir yolunu bulacağını bilecek kadar iyi tanıyorum."

"Gerek var," dedim gözlerimden akan yaşları silerken. "Başka seçeneğim yok." Beni yalnız bıraktı ve ben bütün gece o kanepede oturdum. Her şeyimden sıyrılmış gibi hissediyordum ama hâlâ nefes alıyordum, bu da devam etmenin bir yolunu bulmam gerektiği anlamına geliyordu.

Şüpheyi bölümlere ayırmam ve yorgun bir Donanma SEAL reddinden daha fazlası olmak için doğduğuma inanacak gücü bulmam

gerekiyordu. Cehennem Haftası'ndan sonra kırılmaz olduğumu hissettim, ancak bir hafta içinde sıfırlandım.

Ne de olsa seviye atlamamıştım, hala bir bok değildim ve bozulan hayatımı düzelteceksem, daha fazlası olmalıydım!

O kanepede bir yol buldum.

O zamana kadar kendimi nasıl sorumlu tutacağımı öğrenmiştim ve savaşın hararetinde bir adamın ruhunu alabileceğimi biliyordum. Pek çok engelin üstesinden gelmiştim ve bu deneyimlerin her birinin zihnimi o kadar nasırlaştırdığını fark ettim ki, her türlü zorluğun üstesinden gelebilirdim. Bütün bunlar bana geçmiş iblislerimle uğraşıyormuşum gibi hissettirdi ama yapmadım.

Babamın, bana zenci diyen herkesin tacizi. Birkaç zaferden sonra buharlaşmadı. O anlar bilinçaltımın derinliklerine demirlendi ve sonuç olarak temelim çatladı. Bir insanda karakteriniz temelinizdir ve bir dizi başarı inşa edip daha da fazla başarısızlığı berbat bir temel üzerine yığdığınızda, benlik olan yapı sağlam olmayacaktır.

Zırhlı bir zihin – kurşun geçirmez hale gelecek kadar katı ve katı bir zihniyet – geliştirmek için tüm korkularınızın ve güvensizliklerinizin kaynağına gitmeniz gerekir.

Çoğumuz başarısızlıklarımızı ve şeytani sırlarımızı halının altına süpürürüz ama sorunlarla karşılaştığımızda o halı kalkar ve karanlığımız yeniden ortaya çıkar. Ruhumuzu doldurur ve karakterimizi belirleyen kararları etkiler. Korkularım hiçbir zaman

sadece suyla ilgili olmadı ve 235. Sınıfa yönelik endişelerim de Birinci Aşama'nın acısıyla ilgili değildi.

Tüm hayatım boyunca etrafta dolaştığım iltihaplı yaralardan sızıyorlardı ve onları inkar etmem, kendimi inkar etmek anlamına geliyordu. Ben kendimin en kötü düşmanıydım! Beni almaya gelen dünya, Tanrı ya da Şeytan değildi. O bendim!

Geçmişimi ve dolayısıyla kendimi reddediyordum.

Karakter kendini reddetme ile tanımlandı. Tüm korkularım o derinden geldi-

Yaptıklarım yüzünden David Goggins olmakla taşıdığım oturmuş huzursuzluk

Geçti Artık umursamadığım bir noktaya ulaştıktan sonra bile

Başkaları benim hakkımda ne düşünürse düşünsün, ben hala beni kabul etmekte zorlanıyordum.

Aklı ve bedeni sağlam olan herkes oturup hayatında farklı şekilde ilerlemiş olabilecek yirmi şeyi düşünebilir. Belki de adil bir sarsıntı yaşamadıkları ve en az direniş yolunu seçtikleri yer. Bunu kabul eden, o yaraları sarmak, karakterini güçlendirmek isteyen birkaç kişiden biriysen, o olaylarla ve tüm olumsuz etkilerinle yüzleşerek geçmişine dönüp kendinle barışmak senin elinde.

Onları kendi karakterinizin zayıf noktaları olarak kabul etmek. Ancak zayıf yönlerinizi belirleyip kabul ettiğinizde, sonunda geçmişinizden

kaçmayı bırakacaksınız. Daha sonra bu olaylar, daha iyi olmak ve güçlenmek için yakıt olarak daha verimli bir şekilde kullanılabilir.

Ay gece gökyüzünde yay çizerken tam orada, annemin koltuğunda! Şeytanlarımla yüzleştim. Kendimle yüzleştim Artık babamdan kaçamazdım. Onun benim bir parçam olduğunu ve yalan söylediğini, aldattığını kabul etmeliydim.

O geceden önce. İnsanlara nereden geldiğimle ilgili gerçeği söylemek yerine babamın öldüğünü söylerdim. SEALS'de bile bu yalanı ileri sürdüm. Nedenini biliyordum. Dayak yediğinizde, kıçınıza tekme atıldığını kabul etmek istemezsiniz. Bu seni çok erkeksi hissettirmiyor, bu yüzden yapılacak en kolay şey bunu unutup hayatına devam etmek. Hiç olmamış gibi davran.

Artık değil.

İleride hayatımı yeniden şekillendirmek benim için çok önemli hale geldi, çünkü deneyimlerinizi ince dişli bir tarakla incelediğinizde ve sorunlarınızın nereden geldiğini gördüğünüzde, acıya ve tacize katlanmakta güç bulabilirsiniz. Trunnis Goggins'i bir parçam olarak kabul ederek. Geldiğim yerde yakıt olarak kullanmakta özgürdüm. Beni öldürebilecek her çocuk istismarı olayının beni cehennem kadar sert ve bir Samurayın bıçağı kadar keskin yaptığını fark ettim.

Doğru, bana berbat bir el dağıtılmıştı ama o gece bunu sırtımda elli kiloluk bir sırt çantasıyla 100 millik bir yarış koşmak olarak düşünmeye başladım. Herkes özgürce ve kolay koşsa bile ben yine de o yarışta yarışabilir miydim? 130 kilo mu? O ölü ağırlığı attıktan sonra ne kadar hızlı koşabilirdim? Henüz ultraları düşünmüyordum bile. Benim için yarış hayatın ta kendisiydi ve envanteri çıkardıkça,

henüz gelmemiş olan berbat olaylara ne kadar hazır olduğumu fark ettim. Hayat beni ateşe atmış, dışarı çıkarmış, defalarca dövmüş ve tekrar BUDS kazanına atmıştı.

Bir takvim yılında üçüncü bir Cehennem Haftası hissetmek, beni acı içinde doktora derecesi ile süslerdi. Şimdiye kadar yapılmış en keskin kılıç olmak üzereydim!

235. Sınıfa bir görev için geldim ve Birinci Aşamanın büyük bir bölümünde kendimi tuttum. İlk gün o sınıfta 156 erkek vardı. Hâlâ önden liderlik ediyordum ama bu sefer Cehennem Haftası'nda kimseyi gütmek niyetinde değildim. Dizim hâlâ ağrıyordu ve kıçımı BUD/S'ye sokmak için her zerre enerjimi harcamam gerekiyordu. Önümüzdeki altı ayda her şey yoluna girecekti ve bunu atlatmanın ne kadar zor olacağına dair hiçbir hayalim yoktu.

Örnek olay: Shawn Dobbs.

Dobbs, Jacksonville, Florida'da fakir bir şekilde büyüdü. Benimle aynı iblislerle savaştı ve sınıfa omzunda bir çiple geldi. Elit, doğal bir atlet olduğunu hemen anladım. Tüm koşularda cephede veya yakınındaydı, sadece birkaç tekrardan sonra 8:30'da O-Course'a saldırdı ve kötü bir orospu çocuğu olduğunu biliyordu. Ayrıca, Taocuların dediği gibi, bilenler konuşmaz ve konuşanlar da bir bok bilmezler.

Cehennem Haftası başlamadan önceki gece, 235. Sınıftaki çocuklar hakkında bir sürü gevezelik etti. Grinder'da şimdiden elli beş miğfer vardı ve sonunda bir avuç mezundan biri olacağından emindi. Cehennem Haftası'nı atlatacağını bildiği adamlardan bahsetti ve

ayrılacağını bildiği adamlar hakkında da bir sürü saçma sapan konuştu.

Kendisini sınıfındaki diğer kişilerle kıyaslamak gibi klasik bir hata yaptığına dair hiçbir fikri yoktu. Onları bir evrimde yendiğinde veya PT sırasında onlardan daha iyi performans gösterdiğinde, bununla çok gurur duyuyordu. Kendine olan güvenini ve performansını artırdı. BUD/S'de bunlardan bazılarını yapmak yaygın ve doğaldır. Tüm bunlar, SEAL'lere çekilen alfa erkeklerinin rekabetçi doğasının bir parçası, ancak Cehennem Haftası'nda hayatta kalmak için sağlam bir tekne ekibine ihtiyacınız olduğunu, bunun da sınıf arkadaşlarınıza güvenmek, onları yenmek anlamına gelmediğini fark etmedi. O konuşup konuşurken ben dikkatimi çekti. Onu neyin beklediğine ve uykusuzluğun ve üşümenin sizi ne kadar mahvettiğine dair hiçbir fikri yoktu. Öğrenmek üzereydi. Cehennem Haftasının ilk saatlerinde iyi performans gösterdi, ancak sınıf arkadaşlarını evrimlerde ve zamanlı koşularda yenmek için aynı dürtü sahilde ortaya çıktı.

1.64 boyunda ve 85 kg olan Dobbs, bir yangın musluğu gibi inşa edilmişti ama kısa olduğu için eğitmenler tarafından Şirinler olarak anılan daha küçük adamlardan oluşan bir tekne ekibine atanmıştı. Aslında, Psycho Pete onlara bir resim çizdirdi. Şirin Baba'yı sadece onlarla dalga geçmek için teknelerinin önüne koydu. Eğitmenlerimizin yaptığı türden bir şeydi.

Seni kırmanın her yolunu aradılar ve Dobbs ile işe yaradı. Daha küçük ve zayıf olarak görüldü ve takım arkadaşlarından çıkardı.Ertesi gün kendi mürettebatını gözlerimizin önünde eziyordu.Teknenin veya kütüğün önünde pozisyon aldı ve koşularda müthiş bir adım attı. Ekibini kontrol etmek ve bir şeyi yedekte tutmak yerine, zıplamayı bıraktı. Geçenlerde ona ulaştım ve BUD/S'yi geçen hafta olmuş gibi hatırladığını söyledi.

“Kendi halkıma balta öğütüyordum” dedi. “Onları kasıtlı olarak yere seriyordum, sanki erkekleri vazgeçiriyorsam, bu kaskımda bir onay işaretiymiş gibi.”

Pazartesi sabahı iyi bir iş çıkarmıştı. Adamlarından ikisi istifa etmişti.

Ve bu, dört küçük adamın teknelerini taşımak ve geçmek zorunda olduğu anlamına geliyordu.

Kendileri. O kumsalda kendi şeytanlarıyla savaştığını itiraf etti. Demek ki temeli çatlamıştı. “Bir baltayı bilemeye çalışan, özgüveni düşük, güvensiz bir insandım”

“Ve kendi egom, kibrim ve güvensizliğim kendi hayatımı daha da zorlaştırdı” dedi.

Tercüme: zihni, daha önce veya o zamandan beri hiç yaşamadığı şekillerde bozuldu.

Pazartesi öğleden sonra körfezde yüzdük ve sudan çıktığında canı yanıyordu. Onu izleyince zar zor yürüyebildiği ve aklının uçurumun eşiğinde olduğu belliydi. Göz göze geldik ve o basit soruları kendi kendine sorduğunu ve cevap bulamadığını gördüm.

Pararescue’dayken bir çıkış yolu ararken yaptığım gibi görünüyordu. O andan itibaren Dobbs, tüm sahildeki en kötü performans gösterenlerden biri oldu ve bu onu fena halde mahvetti.

“Solucanlardan daha düşük olarak sınıflandırdığım tüm insanlar kıçımı tekmeliyordu” dedi.

Kısa süre sonra mürettebatı iki kişiye düştü ve daha uzun adamların olduğu başka bir tekne ekibine geçti. Tekneyi kaldırdıklarında, o orospu çocuğuna ulaşamadı bile ve cüssesi ve geçmişiyle ilgili tüm güvensizlikleri üzerine çökmeye başladı.

“Oraya ait olmadığıma inanmaya başladım” dedi. “Genetik olarak aşağı olduğumu. Sanki süper güçlerim vardı ve onları kaybetmiştim. Aklımda hiç olmadığım bir yerdeydim ve bir yol haritam yoktu.

O sırada nerede olduğunu bir düşünün. Bu adam,

BUDS’un ilk birkaç haftası. O hiç yoktan gelmişti ve olağanüstüydü

Atlet Dayanabileceği yol boyunca pek çok deneyim yaşadı.

Aklını fazlasıyla nasırlaştırmıştı ama temeli çatlamış olduğu için.

Pazartesi gecesi Dobbs, ayakları hakkında şikayette bulunarak tıbba başvurdu. Stres kırığı olduğundan emindi ama botlarını çıkardığında hayal ettiği gibi şişkin ya da siyah-mavi değildi. Tamamen sağlıklı görünüyorlardı. Bunu biliyorum çünkü ben de sağlık kontrolündeydim, hemen yanında oturuyordum. Boş bakışlarını gördüm ve kaçınılmazın yakın olduğunu biliyordum.

Bir adamın ruhunu teslim ettikten sonra yüzüne gelen bakıştı. Pararescue'dan ayrıldığımda gözlerimde aynı bakış vardı. Beni ve Shawn Dobbs'u sonsuza kadar bağlayacak olan şey, onun istifa edeceğini ondan önce biliyor olmamdı.

Doktorlar ona Motrin'i teklif ettiler ve onu acıya geri gönderdiler. Shawn'ın sonunda hangi noktada kırılacağını merak ederek çizmelerini bağladığını izlediğimi hatırlıyorum. İşte o zaman SBG kamyonunu çekti ve "Bu, hayatınız boyunca yaşayacağınız en soğuk gece olacak!"

Arkama baktığımda ve Shawn'ı SBG'nin sıcak kamyonunun arkasında gördüğümde, teknemin altındaydım ve mürettebatım kötü şöhretli Çelik İskele'ye doğru gidiyordu. Teslim olmuştu. Dakikalar içinde zili üç kez çalar ve miğferini yere koyardı.

Dobbs'un savunmasına göre bu, Cehennem Haftası'nın bir kabusuydu. Bütün gün ve bütün gece yağmur yağdı, bu da senin hiç ısınmadığın ve hiç kurumadığın anlamına geliyordu. Ayrıca, komutadaki birinin, sınıfın yemek yemedeki krallar gibi beslenip sulanmaması gerektiği gibi parlak bir fikri vardı.

Bunun yerine, neredeyse her öğün için bize soğuk MRES verildi. Bunun bizi daha çok sınayacağını düşündüler. Daha fazlasını yap. Gerçek dünyadaki bir savaş alanı durumu gibi. Aynı zamanda kesinlikle rahatlama olmadığı anlamına geliyordu ve yakacak bol kalori olmadan, bırakın ısınmayı, acıyı ve yorgunluğu atacak enerjiyi bulması herkes için zordu.

Evet, sefil oldu, ama onu çok sevdim. Bir adamın ruhunun yok edildiğini görmenin barbarca güzelliğinden kurtuldum, sonra tekrar

dirildim ve yoluna çıkan her engeli aştım. Üçüncü denememde, insan vücudunun neler kaldırabileceğini biliyordum.

Neye dayanabileceğimi biliyordum ve bu boktan besleniyordum. Aynı zamanda bacaklarım iyi hissetmiyordu ve dizim ilk günden beri havlıyordu. Şimdiye kadar, ağrı en az birkaç gün daha dayanabileceğim bir şeydi ama yaralanma düşüncesi tamamen farklıydı.

Aklımdan çıkarmak zorunda kaldığım lanet bir turta parçası. Sadece benim, acının ve ıstırabın olduğu karanlık bir yere gittim. Sınıf arkadaşlarıma veya hocalarıma odaklanmadım.

Tam mağara adamı oldum, o orospu çocuğunu atlatmak için ölmeye razıydım. Tek ben değildim. Çarşamba gecesi geç saatlerde, daha otuz altı saat var

Cehennem Haftası sona ermeden önce, 235. Sınıfı bir trajedi vurdu.

Her tekne ekibinin yüzdüğü tırtıl yüzmesi adı verilen bir eğitim vardı.

Sırtları, bacakları bir zincirle gövdelerinin etrafına kenetlenirdi. Ellerimizi kullanmak zorunda kalırdık.

Havuz başında toplandık. Sadece yirmi altı kişi kalmıştı ve bunlardan birinin adı John Skop'tu. Bay Skop, 1.80 boyunda ve 225 pound'da bir numuneydi, ancak firar nedeniyle hastaydı ve bütün hafta sağlık kontrolüne girip çıkmıştı. Yirmi beşimiz havuz güvertesinde şişmiş halde hazır beklerken , yıpranmış ve kanlar içinde, havuzun kenarındaki merdivenlerde oturdu, soğukta çekiçle vuruyordu. Donuyor gibi görünüyordu ama derisinden ısı dalgaları dökülüyordu.

Vücudu tam gaz çalışan bir radyatördü. Onu uzaktan hissedebiliyordum. On adım uzakta.

İlk Cehennem Haftamda çifte zatürree olmuştum ve bunun ne olduğunu biliyordum.

Alveolleri veya hava keseleri sıvıyla dolmuştu.

Onları temizleyemedi, bu yüzden zar zor nefes alabildi, bu da onun durumunu şiddetlendirdi.

Pnömoni kontrolsüz gittiğinde pulmoner hastalığa yol açabilir.

Ölümcül olabilen ödem ve yarı yoldaydı.

Gerçekten de tırtıl yüzerken bacakları gevşedi ve kurşunla doldurulmuş bir oyuncak bebek gibi havuzun dibine fırladı. Arkasından iki hoca devreye girdi ve ortalık karıştı. Sağlık görevlileri Bay Skobu hayata döndürmek için çalışırken bizi sudan çıkardılar ve sırtımız havuza bakacak şekilde çitin kenarına dizdiler.

Her şeyi duyduk ve şansının azaldığını biliyorduk. Beş dakika sonra hala nefes almıyordu ve soyunma odasına gitmemizi emrettiler. Bay Skop hastaneye nakledildi ve bize BUDS sınıfına koşmamız söylendi. Henüz bilmiyorduk ama Cehennem Haftası çoktan bitmişti. Dakikalar sonra SBG içeri girdi ve haberi soğuk bir şekilde iletti.

“Bay Skop öldü” dedi. Odanın envanterini çıkardı. Sözleri, olaydan sonra bıçak sırtında olan erkekler için toplu bir yumruk olmuştu.

Neredeyse bir haftayı uyumadan ve rahatlamadan geçirmiştik.

SBG'nin umurunda değildi. "Yaşadığın dünya bu. Senin mesleğinde ölen ilk kişi değil ve son da olmayacak."

Bay Skop'un oda arkadaşına baktı ve "Bay Moore, onun hiçbir şeyini çalmayın" dedi. Sonra odadan sanki berbat bir günmüş gibi ayrıldı.

Keder, mide bulantısı ve rahatlama arasında parçalanmış hissettim. Bay Skop'un ölmesine üzüldüm ve midem bulandı, ama Cehennem Haftası'ndan sağ çıktığımız için hepimiz rahatlamıştık, ayrıca SBG'nin bunu halletme şekli dosdoğruydu, saçmalık yoktu ve tüm SEAL'lerin onun gibi olup olmadığını düşündüğümü hatırlıyorum.

Bakın, sivillerin çoğu, yapmak için eğitildiğimiz işi yapmak için belirli bir düzeyde duyarsızlığa ihtiyacınız olduğunu anlamıyor. Acımasız bir dünyada yaşamak için soğukkanlı gerçekleri kabul etmelisiniz. İyi olduğunu söylemiyorum. Bununla gurur duymak zorunda değilim. Ancak özel operasyonlar duygusuz bir dünyadır ve duygusuz bir zihin gerektirir.

Cehennem Haftası otuz altı saat erken bitmişti. Grinder'da pizza ya da kahverengi gömlek töreni yoktu ama olası 156 kişiden yirmi beşi başarmıştı. Bir kez daha, az sayıdaki kişiden biriydim ve bir kez daha Pillsbury hamur çocuğu gibi şişmiştim ve yirmi bir haftalık eğitimle koltuk değneklerine basmıştım.

Diz kapağım sağlamdı ama her iki kaval kemiğim de küçük kırıklarla şerit halindeydi. Daha da kötüleşiyor. Eğitmenler Cehennem Haftası'nı erken aramak zorunda kaldıkları için somurtkandı, bu yüzden yürüyüş haftasını sadece kırk sekiz saat sonra bitirdiler. Akla

gelebilecek her ölçüye göre mahvoldum. Bileğimi hareket ettirdiğimde, kaval kemiğim harekete geçti ve yakıcı bir acı hissettim; bu muazzam bir problemdi çünkü BUD/S'de tipik bir hafta, altmış millik bir koşu gerektiriyor. Bunu iki kırık incik üzerinde yaptığınızı hayal edin.

235. Sınıftaki adamların çoğu Coronado'daki Deniz Özel Harp Komutanlığı'nda yaşıyordu, hamile karım ve üvey kızımla paylaştığım Chula Vista'da yaklaşık yirmi mil uzakta ayda 700 dolarlık bir stüdyo dairede küf sorunuyla yaşıyordum. Hamile kaldıktan sonra, Pam ve ben yeniden evlendik. Bana kabaca 60.000 dolar borç veren yeni bir Honda Pasaportu finanse ettim ve üçümüz ailemizi yeniden başlatmak için Indiana'dan San Diego'ya gittik. Bir takvim yılı içinde ikinci kez Cehennem Haftası'ndan yeni çıkmıştım ve o da bebeğimizi mezuniyet civarında doğurmaya hazırdı, ama hiçbir şey yoktu.

Kafamda veya ruhumda mutluluk. Nasıl olabilir? Satın alınabilirliğin sınırında olan bir bok çukurunda yaşıyorduk ve vücudum bir kez daha kırıldı. Geçemezsem kirayı bile ödeyemezdim, baştan başlayıp yeni bir iş kolu bulmak zorunda kalırdım, buna izin veremezdim ve vermeyecektim.

Birinci Aşama'nın yoğun bir şekilde tekrar yalanmasından önceki gece, başımı traş ettim ve yansımama baktım. Neredeyse iki yıldır aralıksız acıyı en uç noktalara taşıyor ve daha fazlası için geri geliyordum. Sadece başarısızlıkla diri diri gömülmek için hamlelerde başarılı oldum. O gece, ilerlemeye devam etmeme izin veren tek şey, yaşadığım her şeyin zihnimi duygusuzlaştırmasına yardım ettiği bilgisiydi. Soru şuydu, duygusuz ne kadar kalındı? Bir insan ne kadar acıya dayanabilir? İçimde kırık bacaklarla koşmak var mıydı?

Ertesi sabah 3:30'da uyandım ve üsse gittim. Topallayarak teçhizatımızı koyduğumuz BUD/S kafesine gittim ve sırt çantamı ayaklarımın dibine bırakarak bir banka çöktüm. İçerisi ve dışarısı cehennem kadar karanlıktı ve yapayalnızdım. Dalış çantamı karıştırırken uzaktan yuvarlanan dalgaları duyabiliyordum. Dalış takımımın altına gömülmüş iki rulo koli bandı vardı. Planımın ne kadar delice olduğunu bildiğim için onları yakalarken sadece boncuğumu sallayabildim ve inanamayarak gülümseyebildim.

Sağ ayağımın üzerine dikkatlice kalın siyah bir tüp çorap çektim. Kaval kemiği dokunulamayacak kadar hassastı ve ayak bileği eklemindeki en ufak bir seğirme bile acı skalasında üst sıralarda yer alıyordu. Oradan bandı topuğumun etrafına doladım, sonra ayak bileğimin üzerinden yukarı ve belime geri döndüm, sonunda tüm alt bacağım ve ayağım sıkıca sarılana kadar hem ayağımdan aşağı hem de baldırımdan yukarı doğru hareket ettim. Bu sadece ilk kattı. Sonra başka bir siyah tüp çorap giyip ayağımı ve ayak bileğimi aynı şekilde bantladım. İşim bittiğinde, iki kat çorap ve iki kat bant vardı ve ayağım bota bağlandığında, ayak bileğim ve kaval kemiğim korundu ve hareketsiz hale getirildi. Memnun kaldım, sol ayağımı kaldırdım ve bir saat sonra, sanki her iki bacağım da yumuşak alçılara batmış gibiydi. Yürümek hâlâ canımı yakıyordu ama ayak bileğimi hareket ettirdiğimde hissettiğim işkence daha katlanılabilirdi. Ya da en azından ben öyle düşündüm. Koşmaya başladığımızda kesin olarak öğrenecektim.

O günkü ilk antrenmanımız ateş denememdi ve kalça fleksörlerimle koşmak için elimden gelenin en iyisini yaptım. Genellikle ayaklarımızın ve alt bacaklarımızın ritmi yönlendirmesine izin veririz. Bunu tersine çevirmek zorunda kaldım. Her hareketi izole etmek ve bacaklarımda kalçadan aşağı hareket ve güç oluşturmak için yoğun bir odaklanma gerekiyordu ve ilk otuz dakika boyunca hayatımda

hissettiğim en kötü acıydı. Vurma şeritli baldırlarımdan yukarı ıstırap şok dalgaları gönderirken, bant cildimi kesti.

Ve bu, beş aylık sürekli acı vaat eden şeyin sadece ilk koşusuydu. Her gün bundan sağ çıkmak mümkün müydü? Bırakmayı düşündüm. Başarısızlık benim geleceğimse ve hayatımı tamamen yeniden düşünmek zorunda kalacaksam, bu alıştırmanın amacı neydi? Kaçınılmaz olanı neden geciktirelim? Baştan mı becerdim? Her bir düşünce aynı eski basit soruya dönüştü: neden?

"Başarısızlığı garantilemenin tek yolu hemen şimdi istifa etmektir, orospu çocuğu!" Artık kendi kendime konuşuyordum. Zihnimi ve ruhumu ezen ıstırabın gürültüsü üzerine sessizce çığlık atıyordum. "Acı çek, yoksa bu sadece senin başarısızlığın olmayacak. Ailenin başarısızlığı olacak!

Bunu gerçekten başarabilirsem sahip olacağım duyguyu hayal ettim.

Bu görevi tamamlamak için gereken acıya katlanmalıydım. Bu bana daha fazla acı yağmadan ve içimde bir tayfun gibi dönmeden yarım mil daha kazandırdı. "İnsanlar sağlıklı bir şekilde BUD/S'den geçmekte zorlanırlar ve siz kırık bacaklarda içinden geçtiğinizi düşünün. Bunu başka kim düşünebilir ki?" diye sordum.

"Bırakın, başka kim kırık bir bacakla bir dakika bile koşabilir ki?

İki? Sadece Goggins! İşin içinde yirmi dakika var. Goggins! Sen

Lanet bir makinesiniz! Şu andan itibaren sonuna kadar koştuğunuz her adım yalnızca

Seni daha da sert bir adam yapıyor”

O son mesaj şifre gibi şifreyi kırdı. Nasırlı zihnim benim ilerleme biletimdi ve kırk dakika işaretinde dikkate değer bir şey oldu. Acı gelgit seviyesine geriledi. Bant gevşemişti, böylece cildimi kesmiyordu ve kaslarım ve kemiklerim biraz darbe alacak kadar sıcaktı. Ağrı gün boyunca gelip gidiyordu, ama çok daha yönetilebilir hale geldi ve ağrı ortaya çıktığında söyledim.

Kendi adıma, ne kadar sert olduğumun ve ne kadar sertleştiğimin kanıtıydı.

Her gün aynı ritüel kendini tekrar ettim. Erken geldim, ayaklarımı koli bandıyla bantladım, otuz dakika aşırı acıya katlandım, kendi kendime konuştum ve hayatta kaldım. Bu, sen yapana kadar numara yap saçmalığı değildi. Bana göre, her gün kendimi böyle bir şeye sokmaya istekli olarak ortaya çıkmam gerçekten inanılmazdı. Eğitmenler de bunun için beni ödüllendirdi. Dört tur yüzebilir miyim diye ellerimi ve ayaklarımı bağlayıp beni havuza atmayı teklif ettiler. Daha doğrusu teklif etmediler. Israr ettiler. Bu, Boğulma Provası adını vermeyi sevdikleri bir eğitimin parçasıydı. Ben buna kontrollü boğulma demeyi tercih ettim!

Ellerimiz arkamızda ve ayaklarımız arkamızda bağlıyken tek yapabildiğimiz yunus tekmesi ve sınıfımızdaki Michael Phelps gen havuzundan çekilmiş gibi görünen bazı deneyimli yüzücülerin aksine, benim yunus tekmem sabit bir sallanan atınkiydi ve yaklaşık olarak aynı itme gücünü sağlıyordu.

Sürekli nefes nefese kalıyordum, yüzeye yakın kalmak için mücadele ediyordum, nefes almak için başımı suyun üstüne çıkarıyordum, sadece yere çöküp sertçe tekmelemek için, boş yere ivme kazanmaya çalışıyordum. Bunun için pratik yapmıştım. Haftalarca. Havuza gitmiştim ve hatta biraz yüzerlik sağlamak için onları üniformamın altına saklayıp saklayamayacağımı görmek için dalgıç şortu denedim. Sıkı kıçını saran UDT şortunun altına bebek bezi giyiyormuşum gibi gösterdiler ve yardımcı olmadılar, ancak tüm bu alıştırmalar beni boğulma hissiyle yeterince rahatlattı ve dayanabildim.

Dalış aşaması olarak da bilinen İkinci Aşama'da başka bir acımasız sualtı evrimi yaşadık. Yine, ne zaman yazsam kulağa cehennem gibi gelen su arıtmayı içeriyordu, ancak bu tatbikat için tam dolu, seksen litrelik ikiz tanklar ve on altı kiloluk bir ağırlık kemeri takmıştık. Yüzgeçlerimiz vardı, ancak yüzgeçlerle tekmelemek ağrı oranını ve ayak bileklerim ve inciklerim üzerindeki baskıyı artırdı. Su için bant çekemedim. Acıyı emmek zorunda kaldım.

Daha sonra elli metre boyunca sırtüstü yüzmek zorunda kaldık ve batmadık. Sonra ters döndük ve karnımızın üzerinde elli metre yüzdük, bir kez daha yüzeyde kalarak, tamamen doluyken! Kullanmamıza izin verilmedi.

Yüzdürme cihazları ne olursa olsun ve başımızı yukarıda tutmak boyun, omuz, kalça ve sırtta şiddetli ağrılara neden oluyordu.

O gün havuzdan çıkan sesler asla unutamayacağım bir şey. Suda kalmaya ve nefes almaya yönelik çaresiz çabalarımız, işitilebilir bir korku, hayal kırıklığı ve efor karışımını çağrıştırdı. Biz homurdanıyor,

homurdanıyor ve nefes nefese kalıyorduk. Gırtlaktan gelen çığlıklar ve yüksek perdeli ciyaklamalar duydum. Birkaç adam dibe battı, ağırlık kemerlerini çıkardı ve tanklarından kurtularak havuzun zeminine çarpmalarına izin verdi, sonra yüzeye fırladı.

İlk denemede sadece bir adam bu evrimi geçti. Herhangi bir evrimi geçmek için sadece üç şansımız vardı ve onu geçmek üçünü birden aldı. Son denememde, yine aşırı çalışan kalça fleksörlerimi kullanarak uzun sıvı makas vuruşlarına odaklandım. Zar zor başardım.

San Clemente Adası'ndaki kara savaşı eğitim modülü olan Üçüncü Aşama'ya geldiğimizde bacaklarım iyileşmişti ve mezuniyete kadar gidebileceğimi biliyordum, ancak bunun son tur olması, bunun anlamına gelmiyordu. Kolaydı. The Strand'daki ana BUD/S yerleşkesinde, bir sürü açık saçık geliyor. Her türden memur, eğitimi izlemek için durur, bu da eğitmenlerin omuzlarının üzerinden bakan insanlar olduğu anlamına gelir. Adada sadece siz ve onlar varsınız. Çirkinleşmekte özgürler ve merhamet göstermiyorlar. İşte tam da bu yüzden adayı sevdim!

Bir öğleden sonra, bitki örtüsüyle uyum sağlayan saklanma yerleri inşa etmek için iki ve üç kişilik ekiplere ayrıldık. O sırada sona geliyorduk ve herkes harika bir şekle sahipti ve korkmuyordu. Adamlar ayrıntılara gösterdikleri dikkat konusunda özensizleşiyorlardı ve eğitmenler sinirlendi, bu yüzden bize klasik bir vuruş yapmak için herkesi bir vadiye çağırdılar.

Şınavlar, mekikler, çarpıntı tekmeleri ve bolca sekiz sayılık vücut geliştiriciler (gelişmiş burpeler) olacaktı. Ama önce bize diz çökmemizi ve ellerimizle, belirsiz bir süre kendimizi boynumuza gömecek kadar büyük delikler kazmamızı söylediler.

Eğitmenlerden biri bana işkence etmek için yeni ve yaratıcı bir yol buldu. “Goggins, kalk. Bu boku çok seviyorsun.” Güldüm ve kazmaya devam ettim.

Ama o ciddiydi. “Kalk dedim Goggins. Çok fazla zevk alıyorsun.”

Ayağa kalktım, kenara çekildim ve sonraki otuz dakika boyunca sınıf arkadaşlarımın bensiz acı çekmesini izledim. O andan itibaren eğitmenler beni dayaklarına dahil etmeyi bıraktılar. Sınıfa şınav çekmeleri, mekik çekmeleri veya ıslanmaları ve kumlanmaları emredildiğinde, beni her zaman dışlarlardı. Sonunda tüm BUD/S ekibinin iradesini kırmış olmayı bir gurur kaynağı olarak kabul ettim ama aynı zamanda dayakları da kaçırdım. Çünkü onları aklımı nasırlaştırmak için fırsatlar olarak gördüm. Artık benim için bitmişlerdi.

Grinder’ın birçok Navy SEAL eğitimi için merkez sahne olduğu düşünüldüğünde, BUDS mezuniyetinin burada yapıldığı mantıklı. Aileler uçar gider. Babalar ve kardeşler göğüslerini kabartır; anneler, eşler ve kız arkadaşların hepsi bitti ve muhteşem bir şekilde düştü. 235. Sınıf mezunları beyaz elbiselerimizle deniz melteminde dalgalanan devasa bir Amerikan bayrağının altında toplanırken, o asfalt yamada acı ve sefalet yerine gülümsemeler vardı. Sağımızda, 130 sınıf arkadaşımızın ordudaki tartışmasız en zorlu eğitimi bırakmak için çaldığı rezil zil vardı. Her birimiz ayrı ayrı tanıtıldı ve kabul edildi. Adım söylendiğinde annemin gözlerinde sevinç yaşları vardı ama garip bir şekilde üzüntüden başka pek bir şey hissetmiyordum.

(BUDS mezuniyeti, soldaki annesi)

Grinder'da ve daha sonra Coronado şehir merkezinde tercih edilen SEAL barı olan McP's'de ekip arkadaşlarım aileleriyle fotoğraf çekmek için bir araya geldiklerinde gururla parladılar. Barda, herkes sarhoşken ve az önce bir şey kazanmış gibi cehennemi yükseltirken, müzik patladı. Ve dürüst olmak gerekirse, bu bok beni rahatsız etti. Çünkü BUDS'un gitmesine üzüldüm.

SEALS'e ilk kilitlendiğimde, beni tamamen yok edecek ya da yenilmez yapacak bir arena arıyordum. BUDS bunu sağladı. Bana insan zihninin neler yapabileceğini ve daha önce hiç hissetmediğim kadar çok acıya dayanmak için onu nasıl kullanacağımı gösterdi, böylece mümkün olduğunu bile bilmediğim şeyleri başarmayı öğrenebilirdim. Kırık ayaklarla koşmak gibi. Mezun olduktan sonra imkansız görevlerin peşine düşmek bana kalacaktı çünkü Navy SEAL, tarihte sadece otuz altıncı Afro-Amerikan BUD/S mezunu olmak bir

başarı olsa da, zorluklara meydan okuma arayışım daha yeni başlamıştı!

GÖREV 5

Görselleştirme zamanı! Ortalama bir insan saatte 2.000-3.000 düşünce düşünür.

Değiştiremeyeceğin saçmalıklara odaklanmak yerine, değiştirebileceğin şeyleri görselleştir.

Önüne çıkan herhangi bir engeli seç veya yeni bir hedef belirle ve onu aştığını veya başardığını görselleştir.

Herhangi bir zorlu aktiviteye girmeden önce.

Başarımın nasıl göründüğünün ve nasıl hissettirdiğinin bir resmini çizerek başlıyorum.

Bunu her gün düşüneceğim ve antrenman yaparken, yarışırken veya seçtiğim herhangi bir görevi üstlenirken bu duygu beni ileriye taşıyor.

Ancak görselleştirme, sadece gerçek ya da mecazi bir ödül töreninin hayalini kurmakla ilgili değildir.

Ayrıca ortaya çıkması muhtemel zorlukları görselleştirmeli ve ortaya çıktıklarında bu problemlerle nasıl mücadele edeceğini belirlemelisin.

Bu şekilde yolculukta mümkün olduğunca hazırlıklı ol.

Şimdi bir yaya yarışına geldiğimde, önce tüm parkuru sürüyorum, başarıyı ve aynı zamanda potansiyel zorlukları da gözümün önüne getiriyorum, bu da düşünce sürecimi kontrol etmeme yardımcı oluyor.

Her şeye hazırlanamazsın, ancak önceden stratejik görselleştirmeye başlarsan, olabildiğince hazırlıklı olursun.

Bu aynı zamanda basit soruları yanıtlamaya hazır olmak anlamına da gelir.

Neden?

Bunu yapıyor musun? Seni bu başarıya doğru iten nedir?

Yakıt olarak kullandığın karanlık nereden geliyor?

Senin zihnini ne nasırlaştırdı?

Bir acı ve şüphe duvarına çarptığında bu cevapların parmaklarınızın ucunda olması gerekecek.

İlerlemek için karanlığınıza yön vermen, ondan beslenmen ve nasırlı zihnine yaslanmanı gerektirecek.

Unutma

görselleştirme asla geri alınan işi telafi etmeyecektir.

Yalanları görselleştiremezsin.

Basit soruları yanıtlamak ve akıl oyununu kazanmak için uyguladığım tüm stratejiler yalnızca işe koyulduğum için etkilidir.

Maddeden ziyade zihinden çok daha fazlası. İçin amansız bir öz disiplin gerektirir.

Acıyı her gün gününle planla, ancak yaparsan, bunu en kısa sürede bulacaksın.

O ıstırabın diğer ucu ise seni bekleyen bambaşka bir hayat.

Bu meydan okuma fiziksel olmak zorunda değildir ve zafer her zaman birinci olduğun anlamına gelmez.

Bu, yaşam boyu süren bir korkuyu veya geçmişte teslim olmanıza neden olan herhangi bir engeli nihayet aştığınız anlamına gelebilir.

BÖLÜM 6

MESELE BİR ZAFER KAZANMAK DEĞİL

YARIŞLA İLGİLİ HER ŞEY UMDUĞUMDAN DAHA İYİ GİDİYORDU. Gökyüzünde güneşin sıcaklığını köreltmeye yetecek kadar bulut vardı, ritmim yakındaki San Diego Yat Limanı'na yanaşmış yelkenli teknelerin gövdelerine çarpan yumuşak dalgalar kadar sabitti ve bacaklarım ağır gelse de, bu gelecekti. Önceki geceki "azalan" planımı göz önünde bulundurarak bekleniyordu. Ayrıca, dokuzuncu turumu -dokuzuncu milimi- sadece bir saatte tamamlamak ve yirmi dört saatlik bir yarışa geçmek için bir virajı döndüğümde gevşiyor gibiydiler.

İşte o zaman San Diego One Day'in yarış direktörü John Merz'i gördüm. Start-bitiş çizgisinde bana bakıyor. Her yarışmacıya

zamanlarını ve genel sahadaki konumlarını bildirmek için beyaz tahtasını kaldırıyordu. Beşinci sıradaydım ve bu onun kafasını karıştırmıştı. Ne yaptığımı bildiğime, tam da olmam gereken yerde olduğuma dair güvence vermek için başımı sertçe salladım.

O pisliğin içini gördüm.

Metz eski bir askerdi. Her zaman kibar ve yumuşak dilli. Onu korkutacak pek bir şey yokmuş gibi görünüyordu ama aynı zamanda heybesinde üç elli millik yarış yapmış, deneyimli bir ultra maratoncuydu. Yedi kez yüz mile ulaşmış ya da zirveye ulaşmıştı ve elli yaşındayken kişisel rekoru olan 144 mile yirmi dört saatte ulaşmıştı! Bu yüzden endişeli görünmesi benim için bir anlam ifade ediyordu.

Saatimi kontrol ettim, göğsüme taktığım kalp atış hızı monitörüyle senkronize ettim. Nabzım sihirli sayı doğrumun üzerindeydi: 145 Birkaç gün önce koşardım

Donanma Özel Harp Komutanlığı'ndaki eski BUD/S hocam SBG'ye. Çoğu SEAL, dağıtımlar arasında eğitmen olarak rotasyonlar yapıyor ve SBG ile ben birlikte çalıştık. Ona San Diego One Day'den bahsettiğimde, kendime ayak uydurmak için bir kalp atış hızı monitörü takmam konusunda ısrar etti. SBG, performans ve iyileşme söz konusu olduğunda büyük bir inekti ve birkaç formülü karalamasını izledim, sonra bana döndü ve "Nabızını 140 ile 145 arasında sabit tut, altın olacaksın." Ertesi gün bana yarış günü hediyesi olarak bir kalp atış hızı monitörü verdi.

Bir Navy SEAL'i ceviz gibi kırabilecek, çiğneyecek ve tükürebilecek bir rotayı işaretlemek için yola çıkarsanız, San Diego'nun Hospitality

Paint'i kesim yapamayacaktır. Araziden bahsediyoruz, bu yüzden vanilya düpedüz sakin. Turistler, Mission Körfezi'ne dökülen San Diego'nun muhteşem yat limanının manzarasını görmek için yıl boyunca inerler. Yol neredeyse tamamen pürüzsüz asfalt ve standart bir banliyö araba yolunun eğimi ile yedi fitlik kısa bir yokuş dışında tamamen düz. Bakımlı çimler, palmiye ağaçları ve gölge ağaçları vardır. Hospitality Point o kadar davetkar ki, engelliler ve iyileşmekte olan insanlar her zaman yürüyüşçüleriyle bir öğleden sonra rehabilitasyon yürüyüşü için oraya gidiyorlar. Ama John Metz'in bir millik kolay rotasını çizmesinden sonraki gün, orası benim tamamen mahvolduğum sahne oldu.

Bir arızanın geleceğini bilmeliydim. Sabah 10'da koşmaya başladığımda. 12 Kasım 2005'te altı ayda bir milden fazla koşmamıştım ama formda görünüyordum çünkü spor salonuna gitmeyi hiç bırakmamıştım. Irak'ta görevliyken, o yılın başlarında SEAL Team Five ile ikinci konuşlandırmamda. Ciddi ağırlık kaldırmaya geri dönmüştüm ve tek kardiyo dozum haftada bir eliptikte yirmi dakikaydı. Mesele şu ki, kardiyovasküler zindeliğim mutlak bir şakaydı ve yine de yirmi dört saatte yüz mil koşmayı denemenin harika bir fikir olduğunu düşündüm.

Tamam, bu her zaman berbat bir fikirdi, ama yapılabilir olduğunu düşündüm çünkü yirmi dört saatte yüz mil, bir milde on beş dakikadan az bir hız gerektiriyor. Eğer ona geldiyse. O kadar hızlı yürüyebileceğimi düşündüm. Yalnız ben yürümedim. Yarışın başında o korna çaldığında, hızla havalandım ve sürünün önüne zumlandım. Yarış günü hedefiniz her şeyi havaya uçurmaksa, kesinlikle doğru hareket.

Ayrıca, tam olarak iyi dinlenmiş olarak gelmedim. Yarıştan önceki gece. BEN

İşten sonra üsten çıkarken SEAL Team Five spor salonunun yanından geçtim ve

Her zaman yaptığım gibi, peşinden kimin geldiğini görmek için içeri baktım. SBG'ydi

İçeride ısınma ve seslendi.

"Goggins," dedi, "hadi biraz çelik çekelim!"

Güldüm. Bana baktı. "Biliyor musun, Goggins," dedi biraz daha yaklaşarak,

Vikingler lanet olası bir köye baskın yapmaya hazırlanırken, ormanda lanet olasıca geyik derisinden ve pisliğinden yapılmış lanet olası çadırlarında kamp kurmuşlar, etrafta oturuyorlardı. Bir kamp ateşi mi dediler sanıyorsun Hey, kahrolası bir bitki çayı içelim ve gece erken kalkalım mı yoksa daha çok, Siktir et, biraz mantardan yapılmış votka içeceğiz ve sarhoş olacağız , yani ertesi sabah akşamdan kalma ve sinirli olduklarında, bazı insanların bokunu katletmek için ideal bir ruh halinde olacaklar mı?

SBG, istediği zaman komik bir orospu çocuğu olabiliyordu ve seçeneklerimi göz önünde bulundurarak benim bocaladığımı görebiliyordu.

Bir yandan, o adam her zaman benim BUDS eğitmenim olacaktı ve hala sıkı çalışan, ortaya koyan ve her gün SEAL ahlakını yaşayan

birkaç eğitmenden biriydi. Onu her zaman etkilemek isteyeceğim. İlk 100 millik yarışımdan önceki gece ağırlık kaldırmak o mazoşist orospu çocuğunu kesinlikle etkilerdi.

Ayrıca, mantığı bana çok mantıklı geldi. Savaşa gitmek için zihnimi hazırlamam gerekiyordu ve ağır kaldırmak, benim tüm acı ve sefaletinizi üzerinize alın, gitmeye hazırım deme yolum olurdu. Ama dürüst olmak gerekirse, yüz mil koşmadan önce bunu kim yapar?

İnanamayarak başımı salladım, çantamı yere fırlattım ve ağırlıkları kaldırmaya başladım. Hoparlörlerden gelen ağır metal sesiyle, iki mafsallı sürükleyici bir araya gelip işi söndürdü. Çalışmalarımızın çoğu, uzun squat setleri ve deadliftler dahil olmak üzere bacaklara odaklandık. Arada bench press yaptık. Bu gerçek bir powerlifting seansıydı ve ardından benchte yan yana oturduk ve kuadriseps ve hamstringlerimizin titremesini izledik. Çok komikti... öyle olmayana kadar.

Ultra koşu, o zamandan beri en azından bir şekilde ana akım haline geldi, ancak 2005'te çoğu ultra yarış, özellikle San Diego One Day oldukça belirsizdi ve benim için tamamen yeniydi. İnsanların çoğunluğu düşündüğünde

Ultras, uzak vahşi doğadaki patika koşularını resmediyorlar ve genellikle devre yarışlarını hayal etmiyorlar, ancak San Diego One Day'de sahada bazı ciddi koşucular vardı.

Bu, Amerikan 24 Saatlik Ulusal Şampiyonasıydı ve ülkenin her yerinden sporcular bir kupa, podyumda bir yer ve 2.000 $'lık mütevazi kazanan hepsini alır nakit ödülü umuduyla geliyordu.

Hayır, bu, kurumsal sponsorluğun tadını çıkaran yaldızlı bir etkinlik değildi, ancak ABD ultra mesafe milli takımı ile Japonya'dan bir takım arasındaki bir takım yarışmasının yapıldığı yerdi. Her iki taraf da, her biri yirmi dört saat koşan dört erkek ve dört kadından oluşan ekipler oluşturdu. Sahadaki en iyi bireysel sporculardan biri de Japonya'dandı. Adı Bayan Inagaki'ydi ve ilk başlarda o ve ben ayak uydurduk.

Pam'den ikinci boşanmam tamamlandıktan iki yıldan biraz fazla bir süre sonra, birkaç ay önce evlendim. Beni görünce gülmekten kendilerini alamadılar. Sadece SBG önceki geceki antrenmanımızdan dolayı hala dövüldüğü için değil ve burada yüz mil koşmaya çalışıyordum, ama ne kadar yersiz göründüğüm için. Kısa bir süre

önce SBG ile bunun hakkında konuştuğumda, sahne onu hâlâ güldürüyordu.

SBG, “Yani ultra maratoncular biraz tuhaf, değil mi,” dedi, “ve o sabah sanki tüm bu sıska kıçlar, üniversite profesörü görünümlü ... kahrolası granola yiyen tuhaflar varmış gibiydi ve sonra şuna benzeyen büyük bir siyah adam var. Raiders’dan lanet bir defans oyuncusu, bu pistte üstsüz koşturuyor ve anaokulunda dinlediğimiz şarkıyı düşünüyorum... bunlardan biri diğerine benzemiyor. Bu lanet olası NFL defans oyuncusunu tüm bu sıska küçük ineklerle bu lanet pistte koşarken gördüğümde kafamdan geçirdim. Demek istediğim, onlar bazı sert orospu çocuklarıydı, o koşucular. Bunu onlardan almıyorum, ama hepsi beslenme konusunda süper klinikti ve kahretsin ve sen sadece bir çift ayakkabı giydin ve hadi gidelim dedin!”

O haksız değil, yarış planım üzerinde hiç düşünmedim. Bir gece önce Walmart’ta yumurtadan çıkardım, burada Kate ve benim yarış sırasında kullanmamız için katlanabilir bir bahçe sandalyesi ve tüm gün boyunca yakıtım: bir kutu Ritz kraker ve iki dörtlü Myoplex paketi aldım. Fazla su içmedim, elektrolit veya potasyum seviyelerimi bile düşünmedim veya taze meyve yemedim. SBG ortaya çıktığında bana bir paket Hostes çikolatalı çörek getirdi ve ben onları birkaç saniye içinde yuttum. Demek istediğim, onu gerçekten kanatlıyordum. Yine de, on beş milde ben hala beşinci sıradaydım ve Metz giderek daha fazla gerginleşirken hala Bayan Inagaki’ye ayak uyduruyordum. Bana doğru koştu ve etiketledi

“Yavaşlamalısın, David,” dedi, “biraz daha hızlı yürü,” diye omuz silktim. “Bunu anladım.”

O anda kendimi iyi hissettiğim doğru ama kabadayılığım aynı zamanda bir savunmaydı.

Mekanizma. O noktada yarışımı planlamaya başlarsam,

Büyüklüğü kavranamayacak kadar çok olurdu.

Lanet gökyüzü boyunca koşması gerekiyordu. İmkansız hissettirirdi.

Zihnim, strateji anın düşmanıydı, olmam gereken yer orasıydı. Tercüme: iş ultras'a geldiğinde, deli gibi yeşildim. Metz bana baskı yapmadı ama yakından izledi.

Yirmi beş mili yaklaşık dört saatte bitirdim ve hala beşinci sıradaydım, hala yeni Japon arkadaşımla koşuyordum. SBG çoktan gitmişti ve Kate benim tek destek ekibimdi. Onu her milde görürdüm, ilan edilmişti

Bir yudum Myoplex ve cesaret verici bir gülümseme sunan o bahçe sandalyesi.

Guam'da görevliyken daha önce yalnızca bir kez maraton koşmuştum. Resmi değildi ve bir SEAL arkadaşımla oracıkta uydurduğumuz bir parkurda koştum ama o zamanlar mükemmel bir kardiyovasküler durumdaydım. Şimdi, burada hayatım boyunca sadece ikinci kez 26,2 mil hızla ilerliyordum, bu sefer eğitimsizdim ve oraya vardığımda bilinen bölgenin ötesine koştuğumu fark ettim. Daha yirmi saatim ve gitmem gereken üç maraton daha vardı. Bunlar, aralarında odaklanılacak geleneksel bir dönüm noktası olmayan, anlaşılmaz ölçütlerdi. Gökyüzünde koşuyordum. İşte o zaman bunun kötü bitebileceğini düşünmeye başladım.

Metz yardım etmeye çalışmaktan vazgeçmedi. Her milde yanıma koşar ve beni kontrol ederdi ve ben olduğum için ona her şeyin kontrolüm altında olduğunu ve her şeyi çözdüğümü söyledim. Hangisi doğruydu? John Metz'in neden bahsettiğini bildiğini anlamıştım.

Ah evet, acı gerçek oluyordu. Kuadrumlar zonkluyordu, ayaklarım yıpranmıştı ve kanıyordu ve bu basit soru bir kez daha ön lobumda köpürüyordu. Neden? Neden antrenman yapmadan yüz mil koşasın ki? Bunu kendime neden yapıyordum? Adil sorular, özellikle yarış gününden üç gün öncesine kadar San Diego One Day'i duymadığım için, ama bu sefer cevabım farklıydı. Hospitality Point'te kendi iblislerimle uğraşmak ya da herhangi bir şey kanıtlamak için bulunmadım. David Goggins'ten daha büyük bir amaçla geldim. Bu kavga, bir zamanlar ve gelecekteki düşmüş takım arkadaşlarım ve işler ters gittiğinde geride bıraktıkları ailelerle ilgiliydi.

Ya da en azından yirmi yedi milde kendime böyle söyledim.

Afganistan'ın ücra dağlarında ölüme mahkum bir operasyon olan Red Wings Operasyonu ile ilgili haberi, Haziran ayında Arizona, Yuma'daki ABD Ordusu Serbest Düşüş okulunun son gününde almıştım. Red Wings Operasyonu, Sawtalo Sar adlı bir bölgede büyüyen Taliban yanlısı bir güç hakkında istihbarat toplamakla görevli dört kişilik bir keşif göreviydi. Başarılı olursa, öğrendikleri

önümüzdeki haftalarda daha büyük bir saldırı için strateji belirlemeye yardımcı olacaktır. Dördünü de tanıyordum.

Danny Dietz benimle BUD/S Class 231'deydi. O da benim gibi sakatlandı ve yuvarlandı. Misyonun İİT'si Michael Murphy, yuvarlanmadan önce 235. Sınıfta benimleydi. Mezun olduğumda Matthew Axelson benim Hooyah Sınıfımdaydı (birazdan Hooyah Sınıfı geleneği hakkında daha fazla bilgi vereceğim) ve Marcus Luttrell, BUD/S aracılığıyla ilk kucağımda tanıştığım ilk insanlardan biriydi. Eğitim başlamadan önce, gelen her BUD/S sınıfı bir parti verir ve

Hala BUDS eğitiminde olan önceki sınıflardan çocuklar her zaman davet edilir. Buradaki fikir, kahverengi gömleklerden olabildiğince çok bilgi almaktır, çünkü mezuniyet ile başarısızlık arasındaki tüm farkı yaratabilecek çok önemli bir evrimden geçmenize neyin yardımcı olabileceğini asla bilemezsiniz. Marcus 1.94", 225 pound'du ve o da benim gibi o kalabalığın içinde göze çarpıyordu. Ben de daha iri bir adamdım, onlar tarafından 210'a kadar çıktım ve beni aradı. Bazı yönlerden tuhaf bir çifttik. O Teksas meralarından sert bir balta sapıydı ve ben Indiana Comfields'den kendi kendine mazoşist olmuştum, ama benim iyi bir koşucu olduğumu duymuştu ve koşmak onun ana zayıflığıydı.

"Goggins, bana verebileceğin bir ipucu var mı?" O sordu. "Çünkü boş yere koşamam."

Marcus'un baş belası olduğunu biliyordum ama alçakgönüllülüğü onu gerçek kılıyordu. Birkaç gün sonra mezun olduğunda, biz onun Hooyah Sınıfıydık, bu da emir vermelerine izin verilen ilk insanlar olduğumuz anlamına geliyordu. SEAL geleneğini benimsediler ve bize gidip ıslanıp kumlanmamızı söylediler. Bir SEAL'in geçiş

ayiniydi ve bunu onunla paylaşmak bir onurdu. Ondan sonra onu uzun süre görmedim.

235. Sınıf ile mezun olmak üzereyken onunla tekrar karşılaştığımı sanıyordum, ama benim Hooyah Sınıfım 237. Sınıf'ın bir parçası olan ikiz kardeşi Morgan Luttrell ve Matthew Axelson'dı. Biraz şiirsel adalet emredebilirdik, ama mezun olduktan sonra, sınıflarına gidip ıslanıp kumlara binmelerini söylemek yerine, kendimizi beyazlar elbisemizle dalgalara attık!

Bununla bir ilgim vardı.

Donanma SEAL'lerinde, ya konuşlandırılmış ve sahada faaliyet gösteriyor, diğer SEAL'lere talimat veriyorsunuz ya da okulda kendiniz öğreniyor ya da becerilerinizi geliştiriyorsunuz. Çoğundan daha fazla askeri okuldan geçiyoruz çünkü hepsini yapmak için eğitildik, ancak BUD/S'den geçtiğimde serbest düşüşü öğrenmedik. Kanallarımızı otomatik olarak açan statik hatlardan atladık. O zamanlar U.S. Army Freefall School'a katılmak için seçilmeniz gerekiyordu. İkinci müfrezemden sonra SEAL'lerin seçkin bir birimi olan Deniz Özel Harp Geliştirme Grubu'na (DEVGRU) kabul edilmek için eğitim aşamalarından biri olan Yeşil Takım'a alındım. Bu, serbest düşüş kalifiye olmamı gerektiriyordu. Ayrıca yükseklik korkumla mümkün olan en çatışmacı şekilde yüzleşmemi gerektiriyordu.

2005 yılında Morgan'la yeniden bağlantı kurduğum Kuzey Karolina, Fort Bragg'ın sınıflarında ve rüzgar tünellerinde başladık. On beş fit yüksekliğindeki bir rüzgar tünelinde basınçlı hava yatağında yüzerken, doğru vücut pozisyonunu, nasıl sola ve sağa kaydırmak ve ileri ve geri itmek için. Avucunuzun hareket etmesi çok küçük hareketler gerektirir ve kontrolden çıkmaya başlamak kolaydır ki bu asla iyi değildir. Herkes bu inceliklerin üstesinden gelemezdi, ancak eğitimin o ilk

haftasından sonra Fort Bragg'ı terk edebilen ve Yuma'nın kaktüs tarlalarındaki bir uçak pistine gidip gerçekten zıplamaya başlayabilen bizler.

Morgan ve ben yazın 44 derecelik çöl sıcağında dört hafta boyunca antrenman yaptık ve birlikte takıldık. 12.500 ila 19.000 fit arasındaki irtifalardan C130 nakliye jetleriyle düzinelerce atlama yaptık ve yüksek irtifadan son hızda yere düşmenin getirdiği adrenalin ve paranoya dalgası gibi bir acele yok. Her atlayışımızda, yüksek irtifadan başarısız bir atlamadan sağ kurtulan ve lise öğrencisiyken onunla tanıştığımda bana bu yolda ilham veren Pararescuman Scott Gearen'ı düşünmeden edemedim. O benim için sürekli bir varlıktı.

O çölde ve uyarıcı bir hikaye. Herhangi bir atlamada bir şeylerin korkunç derecede ters gidebileceğinin kanıtı.

Bir uçaktan ilk kez yüksekten atladığımda hissettiğim tek şey aşırı korkuydu ve gözlerimi altimetreden ayıramıyordum. Atlamayı kucaklayamadım çünkü korku zihnimi tıkamıştı. Tek düşünebildiğim, gölgeliğimin açılıp açılmayacağıydı. Serbest düşüşün inanılmaz heyecanını, ufka çizilen dağların güzelliğini ve uçsuz bucaksız gökyüzünü kaçırıyordum. Ama riske şartlandırıldıkça, aynı korkuya karşı toleransım arttı. Her zaman oradaydı, ama rahatsızlığa alıştım ve çok geçmeden birden fazla görevi zıplayarak halledebildim ve anın da tadını çıkarabildim. Yedi yıl önce fast food mutfaklarında ve açık çöplüklerde haşarata çarpıyordum. Şimdi uçuyordum!

Yuma'daki son görev, tam donanımlı bir gece yarısı atlayışıydı. Serbest düşüş için bir tüfek ve bir oksijen maskesiyle bağlanmış elli kiloluk bir sırt çantasıyla ezildik. Ayrıca C-130'un arka rampası

açıldığında zifiri karanlık olduğu için gerekli olan kimyasal ışıklarla donatıldık.

Hiçbir şey göremedik, ama yine de o aysız göğe atladık, sekiz kişi birbiri ardına sıralandık. Bir ok oluşturmamız gerekiyordu ve büyük tasarımda yerimi almak için gerçek dünyadaki rüzgar tünelinde manevra yaparken, görebildiğim tek şey mürekkep hokkası gökyüzünde kuyruklu yıldızlar gibi çizilen sapan ışıklardı. Rüzgâr içime estiğinde gözlüğüm buğulandı. Tam bir dakika düştük ve yaklaşık 4.000 fitte paraşütlerimizi açtığımızda, ezici ses tam domatesten ürkütücü bir sessizliğe dönüştü, o kadar sessizdi ki kalbimin göğsümden attığını duyabiliyordum. Kahrolası bir mutluluktu ve hepimiz güvenli bir şekilde indiğimizde, serbest düşüşe hak kazandık! O anda, Afganistan dağlarında, Marcus ve ekibinin, SEAL tarihinin en kötü olayı haline gelecek olan olayın merkezinde, hayatları için topyekün bir savaşa kilitlendiklerini bilmiyorduk.

Yuma ile ilgili en iyi şeylerden biri, berbat bir cep telefonu hizmetine sahip olmanız. Mesajlaşma veya telefonda konuşma konusunda pek iyi değilim, bu yüzden bu bana dört haftalık huzur verdi. Herhangi bir askeri okuldan mezun olduğunuzda yaptığınız son şey, sınıfınızın kullandığı tüm alanları sanki hiç orada olmamışsınız gibi temizlemektir.

Yuma'da cep telefonu hizmeti olan tek yerlerden biri olan banyolardan temizlik görevlisi sorumluydum ve içeri girer girmez telefonumun patladığını duydum. Red Wings Operasyonu'nun kötüye gittiğine dair metin mesajları sel gibi aktı ve onları okurken ruhum kırıldı. Morgan henüz bu konuda bir şey duymamıştı, ben de dışarı çıktım, onu buldum ve ona haberi anlattım. Yapmak zorundaydım. Marcus ve ekibinin tamamı MIA idi ve KIA olduğu varsayıldı. Başını salladı, bir saniye düşündü ve "Kardeşim ölmedi" dedi.

Morgan, Marcus'tan yedi dakika daha büyük. Çocukken birbirlerinden ayrılamazlardı ve ilk defa bir günden fazla ayrı kaldıkları zaman, Marcus donanmaya katıldığı zamandı. Morgan katılmadan önce üniversiteyi seçti ve Marcus'un Cehennem Haftası boyunca dayanışma içinde her zaman ayakta kalmaya çalıştı. Bu duyguyu paylaşmak istiyordu ve buna ihtiyacı vardı ama Cehennem Haftası simülasyonu diye bir şey yok. Bunu bilmek için içinden geçmek zorundasın ve hayatta kalanlar sonsuza dek değişti. Aslında, Marcus'un Cehennem Haftası'ndan sağ çıkmasından sonraki dönem ve Morgan'ın kendisi bir SEAL olmadan önceki dönem, kardeşler arasında herhangi bir duygusal mesafenin olduğu tek zamandı, bu da o 130 saatin gücünden ve duygusal bedellerinden bahsediyor. Morgan bunu gerçekten yaşadığında, her şey yine yolundaydı. Her birinin sırtında yarım Üç Dişli Mızrak dövmesi var. Resim ancak yan yana durduklarında tamamlanır.

Morgan, San Diego'ya gitmek ve neler olup bittiğini anlamak için hemen yola çıktı. Hâlâ operasyon hakkında doğrudan bir şey duymamıştı, ancak uygarlığa ulaştığında ve servisi vurduğunda, telefonuna da bir mesaj dalgası yağdı. Kiralık arabasını 190 km/s hıza indirdi ve doğrudan Coronado'daki üsse zum yaptı.

Morgan, kardeşinin birimindeki tüm adamları iyi tanıyordu. Axelson, BUD/S'de onun sınıf arkadaşıydı ve gerçekler ortaya çıktıkça, çoğu kişi için kardeşinin canlı bulunamayacağı aşikardı. Ben de gitti sandım ama ikizler hakkında ne derler bilirsin.

Morgan, Nisan 2018'de tekrar bağlantı kurduğumuzda bana "Kardeşimin orada, hayatta olduğunu biliyordum" dedi. "Bunu her zaman söyledim." Eski zamanlardan bahsetmek için Morgan'ı aramış ve ona en zor günleri sormuştum.

Hayatındaki hafta. San Diego'dan ailesinin çiftliğine gitti.

Huntsville, Teksas, günde iki kez güncelleme alıyorlardı. Morgan, düzinelerce SEAL arkadaşının destek göstermek için geldiğini ve beş uzun gün boyunca o ve ailesinin geceleri uyumak için ağladıklarını söyledi. Onlara göre, Marcus'un düşman topraklarında hayatta ve yalnız olabileceğini bilmek bir işkenceydi. Pentagon yetkilileri geldiğinde. Morgan kendini net bir şekilde ifade etti, "Marcus) incinmiş ve mahvolmuş olabilir, ama o yaşıyor ve ya oraya gidip onu bulursun, ya da ben bulurum!"

Red Wings Operasyonu korkunç bir şekilde ters gitti çünkü o dağlarda beklenenden çok daha fazla Taliban yanlısı hacı vardı ve Marcus ve ekibi oradaki köylüler tarafından keşfedildiğinde, dört adam 30 kişilik iyi silahlanmış bir milis gücüne karşıydı. -200 adam (Taliban yanlısı gücün boyutuna ilişkin raporlar değişiklik gösteriyor). Adamlarımız RPG ve makineli tüfek ateşi aldı ve çok savaştı. Dört SEAL harika bir gösteri sergileyebilir. Her birimiz genellikle beş normal birlik kadar hasar verebiliriz ve varlıklarını hissettirdiler.

Savaş, iletişim sorunları yaşadıkları 9.000 fitin üzerindeki bir sırt boyunca oynandı. Nihayet kırıldıklarında ve özel harekat karargahındaki komutanlarına durum açıklandığında, Donanma SEAL'leri, denizciler ve 160. Özel Harekat Havacılık Alayı'ndan havacılardan oluşan bir hızlı tepki kuvveti toplandı, ancak bunlar nedeniyle saatlerce ertelendi. Taşıma kapasitesi eksikliği. SEAL ekipleriyle ilgili bir şey, kendi nakliye aracımızın olmaması. Afganistan'da Ordu ile otostop çekiyoruz ve bu, rahatlamayı geciktirdi.

Sonunda iki Chinook nakliye helikopterine ve dört saldırı helikopterine (iki Kara Şahin ve iki Apaçi) yüklendiler ve Sawtalo Sar'a doğru yola çıktılar. Chinooks liderliği ele geçirdi ve tepeye yaklaşırken. Hafif silah ateşiyle vuruldular. Saldırıya rağmen, ilk Chinook havada süzülerek sekiz Navy SEAL'i bir dağın tepesinde boşaltmaya çalıştı, ancak şişman bir hedef oluşturdular, çok uzun süre oyalandılar ve roket güdümlü bir el bombasıyla vuruldular. Kuş döndü, dağa çarptı ve patladı. Gemideki herkes öldürüldü. Kalan helikopterler kurtarıldı ve kara varlıklarıyla geri dönebilecekleri zamana kadar geride kalan herkes,

Marcus'un Red Wings Operasyonundaki üç takım arkadaşı da dahil olmak üzere ölü bulundu. Herkes, yani, Marcus hariç.

Marcus, düşman ateşi tarafından birçok kez vuruldu ve beş gün boyunca kayboldu. Onu besleyen ve koruyan Afgan köylüler tarafından kurtarıldı ve nihayet 3 Temmuz 2005'te, on bir Donanma SEAL'i de dahil olmak üzere on dokuz özel operasyon savaşçısının hayatını alan bir görevden sağ kurtulan tek kişi olduğunda ABD birlikleri tarafından canlı bulundu.

Şüphesiz, bu hikayeyi daha önce duymuşsunuzdur. Marcus, Mark Wahlberg'in oynadığı hit bir film haline gelen Lone Survivor adlı çok satan bir kitap yazdı. Ancak 2005'te, tüm bu yıllar uzaktaydı ve SEALS'i vuran şimdiye kadarki en kötü savaş kaybının ardından, öldürülen adamların ailelerine katkıda bulunmanın bir yolunu arıyordum. Böyle bir trajediden sonra faturaların kesilmesi gibi bir şey yok. Karşılanması gereken temel ihtiyaçları olan eşler ve çocuklar vardı ve sonunda üniversite eğitimlerinin de karşılanması gerekecekti. Elimden gelen her şekilde yardım etmek istedim.

(Bağış topluyor.)

Tüm bunlardan birkaç hafta önce, dünyanın en zorlu ayak yarışlarını araştırarak bir akşam geçirdim ve Badwater 135 adlı bir yarışa girdim. Daha önce ultra maratonları hiç duymamıştım ve Badwater bir ultra maratoncunun ultra maratonuydu.

Ölüm Vadisi'nde deniz seviyesinin altında başladı ve yolun sonunda 8,374 fitte bulunan bir patika olan Mount Whitney Portal'da sona erdi. Ölüm Vadisi'nin Dünya'daki en alçak yerinden başlar ve temmuz ayı sonlarında gerçekleşir. Aynı zamanda en sıcak olanıdır.

O yarıştan görüntülerin ekranımda belirdiğini görünce dehşete kapıldım ve

Beni heyecanlandırdı Arazi her türlü sert görünüyordu ve yüz ifadeleri

İşkence görmüş koşucuların yüzleri bana cehennemde gördüğüm türden şeyleri hatırlattı.

O zamana kadar, maratonu her zaman sporun zirvesi olarak görmüştüm.

Dayanıklılık yarışı ve şimdi bunun ötesinde birkaç seviye olduğunu görüyordum.

Bilgileri dosyaladım ve bir gün ona geri döneceğimi düşündüm.

Sonra Red Wings Operasyonu gerçekleşti ve 1980'de ünlü rehine kurtarma operasyonu sırasında sekiz özel operasyon savaşçısının bir

helikopter kazasında öldüğü bir savaş alanı vaadi olarak kurulan, kar amacı gütmeyen bir kuruluş olan Özel Harekat Savaşçısı Vakfı'na para toplamak için Badwater 135'i yönetmeye söz verdim. İran'da operasyon ve geride on yedi çocuk bıraktı.

Askerler, o çocukların her birinin paraya sahip olduğundan emin olacaklarına söz verdiler.

Red Wings Operasyonu sırasında meydana gelenler, vakfın

Çalışkan personel hayatta kalan aile üyelerine ulaşır. İcra Direktörü Edie Rosenthal, "Biz müdahale eden teyzeyiz" dedi. "Öğrencilerimizin hayatlarının bir parçası oluyoruz."

İlkokulda okul öncesi ve özel ders için para ödüyorlar. Onlar

Üniversite ziyaretleri düzenleyin ve akran destek gruplarına ev sahipliği yapın. Başvurularda yardımcı oluyorlar, kitaplar, dizüstü bilgisayarlar ve yazıcılar satın alıyorlar ve öğrencilerinden biri kabul edilmeyi başarırsa, oda ve yemekten bahsetmeye bile gerek yok, okul ücretini karşılıyorlar. Meslek okullarına da öğrenci gönderiyorlar. Her şey çocuklara bağlı. Ben bunu yazarken vakfın programında 1.280 çocuk var.

Onlar harika bir organizasyon ve onları aklımda tutarak, 2005 yılının Kasım ayının ortalarında sabah 7'de Badwater 135 Yarış Direktörü

Chris Kostman'ı aradım. Kendimi tanıtmaya çalıştım ama beni aniden kesti. "Saat kaç biliyor musun?!" tersledi.

Telefonu kulağımdan çekip bir süre baktım. O günlerde, tipik bir hafta içi sabah 7'de iki saatlik bir spor salonu antrenmanını çoktan sallamış ve bir günlük çalışmaya hazırdım. Bu adam yarı uyuyordu. "Anlaşıldı," dedim, "Seni 09:00'da arayacağım.

İkinci aramam pek iyi gitmedi ama en azından kim olduğumu biliyordu. SBG ve ben Badwater'ı çoktan tartışmıştık ve o da Kostman'a e-postayla bir tavsiye mektubu göndermişti. SBG, triatlonlarda yarıştı, Eco-Challenge'de bir takımın kaptanlığını yaptı ve birkaç Olimpik elemenin BUD/S girişimini izledi. Kostman'a gönderdiği e-postada, şimdiye kadar gördüğü "en büyük zihinsel dayanıklılığa sahip en iyi dayanıklılık sporcusu" olduğumu yazdı. Beni, sıfırdan gelen bir çocuğu listesinin başına koymak benim için dünyalara bedeldi ve hala da öyle.

Chris Kostman için bir bok ifade etmiyordu. Etkilenmemenin tanımıydı.

Sadece gerçek dünya deneyiminden gelebilecek bir tür etkilenmemişlik.

Yirmi yaşındayken Race Across America'da yarışmıştı.

Bisiklet yarışı ve Badwater yarış direktörü olarak görevi devralmadan önce koşardı.

Alaska’da kışın üç 100 millik yarış ve üçlü bir Ironman tamamladı.

Yetmiş sekiz millik bir koşu ile biten triatlon. Yol boyunca, o

Düzinelerce sözde harika sporcunun ultra örsünün altında parçalandığını gördü.

Hafta sonu savaşçıları, her zaman birkaç aylık eğitimden sonra maratonlara kaydolur ve maratonları tamamlar, ancak maraton koşmak ile ultra atlet olmak arasındaki fark çok daha fazladır ve Badwater, ultra evrenin mutlak zirvesiydi. Amerika Birleşik Devletleri’nde yirmi iki 100 millik yarış düzenlendi ve hiçbiri Badwater 135’in masaya getirdiği irtifa kazanımı ve acımasız ısı kombinasyonuna sahip değildi.

Kostman, sadece yarışı yapmak için beş hükümetten izin ve yardım almak zorunda kaldı. Ulusal Orman Servisi, Ulusal Park Servisi ve California Otoyol Devriyesi de dahil olmak üzere ajanslar ve yaz ortasında, şimdiye kadar tasarlanmış en zor yarışa biraz seraya izin verirse, o orospu çocuğunun ölebileceğini biliyordu. Hayır, eğer Badwater’da yarışmama izin verecekse, onu yakmak zorunda kalacaktım, çünkü içeri girmek ona en azından biraz rahatlık sağlardı ki ben muhtemelen dumanı tüten bir yığına dönüşmezdim. Ölüm Vadisi ile Whitney Dağı arasında bir yerde yol cinayeti.

SBG, e-postasında, SEAL olarak çalışmakla meşgul olduğum için Badwater’da yarışmak için gerekli ön koşulların – en az bir 100 millik yarışın veya bir yirmi dört saatlik yarışın tamamlanması – olduğunu iddia etmeye çalıştı. En az yüz mil kat ederken feragat edilmelidir. İçeri girmeme izin verilirse, SBG ona ilk on içinde bitireceğimi garanti etti. Kostman bunlardan hiçbirine sahip değildi. Başarılı

atletler, bir şampiyon maratoncu ve bir şampiyon sumo güreşçisi (evet, bok yok) dahil olmak üzere, standartlarından vazgeçmesi için yıllar boyunca ona yalvarmıştı ve hiç kıpırdamamıştı.

Kostman onu geri aradığımda, "Benimle ilgili bir şey, ben herkesle aynıyım," dedi. "Yarışımıza katılmak için belirli standartlarımız var ve bu böyle. Ama hey, bu hafta sonu San Diego'da yirmi dört saatlik bir yarış var," diye devam etti, sesinden alay damladı. "Git yüz mil koş ve bana geri dön."

Chris Kostman beni yaratmıştı. Tahmin ettiği gibi hazırlıksızdım. Badwater'da koşmak istediğim yalan değildi ve bunun için antrenman yapmayı planlamıştım ama bunu yapma şansım olması için bile yüz mil hızla koşmam gerekirdi.

....

Donanma SEAL'in tüm yaygarasından sonra yapmamayı seçersem, bu neyi kanıtlardı? Çarşamba sabahı zilini çok erken çalan başka bir numaracı olduğumu. İşte bu yüzden ve bu yüzden San Diego One Day'i üç gün önceden haber vererek yönettim.

Elli mili aştıktan sonra, daha fazla Bayan Poyraz'a yetişemedim.

Lanet olası bir tavşan gibi ileri atılan Inagaki. Füg halinde askerlik yapmaya devam ettim, Ağrı dalgalar halinde içimi yıkadı. Uyluklarım kurşunla doldurulmuş gibiydi. Ağırlaştıkça adımlarım daha da büküldü. Bacaklarımı hareket ettirmek için kalçalarımı sıktım ve ayaklarımı yerden sadece bir milimetre kaldırmak için yerçekimi ile savaştım. Ah, evet, ayaklarım. Kemiklerim her saniye daha kırılgan hale geliyordu ve ayak parmaklarım yaklaşık on saattir ayakkabılarımın uçlarına çarpıyordu. Yine de koştum. Hızlı değil. Çok tarz değil. Ama devam ettim. Bir sonraki domino taşı inciklerimdi. Ayak bileğinin her ince dönüşü

Eklem, kemik iliğinden akan şok tedavisi benzeri zehir gibi hissettirdi.

Kaval kemiğim 235. Sınıftaki koli bandı günlerimin anılarını geri getirdi.

Ama bu sefer yanımda bant getirmedim. Ayrıca, eğer dursaydım bile

Birkaç saniye sonra yeniden başlatmak neredeyse imkansız olacaktır.

Birkaç mil sonra ciğerlerim tutuldu ve ben kahverengi sümük düğümleri atarken göğsüm güm güm atıyordu. Hava soğudu. Nefesim kesildi. Halojen sokak lambalarının etrafında toplanan sis, tüm etkinliğe başka bir dünya hissi veren elektrikli gökkuşaklarıyla lambaları çınlattı. Ya da belki o diğer dünyada sadece bendim. Acının ana dili olduğu, hafızayla senkronize edilmiş bir dil.

Her akciğer kazıma öksürüğü ile ilk BUDS sınıfıma geçtim. Lanet olası kütüğün üzerindeydim, sendeleyerek ilerliyordum, ciğerlerim kanıyordu. T her şeyin yeniden olduğunu hissedebiliyor ve

görebiliyordu. Uyuyor muydum? Rüya mı görüyordum? Gözlerimi kocaman açtım, kulaklarımı çektim ve uyanmak için yüzüme tokat attım. Dudaklarımda ve çenemde taze kan aradım ve burnumdan yarı saydam bir tükürük, ter ve göz damlası damladığını gördüm. SBG'nin sert inekleri artık etrafımdaydı, daireler çizerek koşuyor, işaret ediyor,

Sadece; karışımdaki tek siyah adam. Yoksa onlar mıydı? Başka bir göz attım. Beni geçen herkes odaklanmıştı. Her biri kendi acı bölgesinde. Beni görmediler bile.

Küçük dozlarda gerçeklikle bağımı kaybediyordum, çünkü zihnim kendi üzerine katlanıyordu, muazzam fiziksel acıyı ruhumun derinliklerinden topladığı karanlık duygusal çöplerle yüklüyordu. Tercüme: Fizik ve fizyoloji yasalarının kendileri için geçerli olmadığını düşünen aptal pislikler için ayrılmış kutsal olmayan bir düzeyde acı çekiyordum. Birkaç Cehennem Haftası geçirdikleri için sınırları güvenli bir şekilde zorlayabileceklerini hisseden benim gibi ukala piçler.

Doğru, bunu ben yapmamıştım. Sıfır eğitimle yüz mil koşmamıştım. İnsanlık tarihinde hiç kimse bu kadar aptalca bir şeye teşebbüs etmiş miydi? Bu hiç yapılabilir miydi? Bu basit sorunun yinelemeleri, beynimin ekranında dijital bir şerit gibi kaydı. Kanlı düşünce baloncukları cildimden ve ruhumdan süzüldü.

Neden? Neden? Neden hala bunu kendine yapıyorsun?

Altmış dokuz milde yokuşa çıktım – o yedi fitlik rampa, sığ bir araba yolunun eğimi – ki bu her deneyimli patika koşucusunu yüksek sesle güldürürdü. Dizlerimi büktü ve beni boşta bir teslimat kamyonu gibi geriye doğru savurdu. Sendeledim, parmak uçlarımla yere uzandım ve

neredeyse alabora olacaktım. Mesafeyi kat etmesi on saniye sürdü. Her biri elastik bir iplik gibi dışarı çekildi ve ayak parmaklarımdan gözbebeklerimin arkasındaki boşluğa acı şok dalgaları gönderdi. Hackledim ve öksürdüm, midem burkuldu. Çöküş yakındı. Çöküş hak ettiğim şeydi.

Yetmiş mil işaretinde bir adım daha ileri gidemedim. Kate ayarlamıştı

Çim sandalyemizi başlangıç/bitiş çizgisine yakın çimlere ve sallandığımda

Ona doğru onu üç kopya halinde gördüm, altı el el yordamıyla bana doğru ilerliyor, bana rehberlik ediyor

O katlanır sandalyeye. Başım dönüyordu ve susuzdum, potasyum açlığım vardı

Ve sodyum.

Kate bir hemşireydi; EMT eğitimi aldım ve kendi zihinsel kontrol listemi inceledim. Kan basıncımın muhtemelen tehlikeli derecede düşük olduğunu biliyordum. Ayakkabılarımı çıkardı. Ayak ağrım Shawn Dobbs illüzyonu değildi.

Kate'den biraz Motrin ve John Metz'den yardımcı olabileceğini düşündüğü herhangi bir şey almasını istedim. Ve o gittiğinde, vücudum düşmeye devam etti. Midem guruldadı ve aşağı baktığımda bacağımdan aşağı kanlı sidik aktığını gördüm. Ben de kendimi

sikeyim. Kıçımla bir daha asla aynı olmayacak olan çim sandalye arasındaki boşlukta sıvılaştırılmış ishal yükseldi. Daha da kötüsü, bunu saklamam gerekiyordu çünkü Kate'in gerçekten ne kadar kötü durumda olduğumu görse yarıştan çekilmem için bana yalvaracağını biliyordum.

Hiç antrenman yapmadan on iki saatte yetmiş mil koşmuştum.

Solumda çimenlikte dört paket daha Myoplex vardı. Sadece bir

Benim gibi kas kafalı, benim gibi o kalın kıçlı protein içeceği seçerdi.

Tercih edilen nemlendirici ajan. Yanında yarım kutu Ritz krakeri vardı.

Diğer yarısı midemde ve bağırsaklarımda turuncu bir damla gibi donup çalkalanıyor. Yirmi dakika başım ellerimin arasında öylece oturdum. Aceleyle hayal ettiğim, yanlış tasarlanmış rüyamda zamanın geçtiğini hissettiğimde, koşucular yanımdan geçti, süzüldü veya sendeledi. Kate döndü, diz çöktü ve bağcıklarımı tekrar bağlamama yardım etti. Çöküşümün boyutunu bilmiyordu ve benden henüz vazgeçmemişti. En azından bu bir şeydi ve onun ellerinde bir karşılama vardı.

Daha fazla Myoplex ve daha fazla Ritz krakerinden kurtulun. O bana verdi

Motrin, sonra biraz kurabiye ve iki fıstık ezmeli ve reçelli sandviç,

Gatorade ile yıkadım. Sonra ayağa kalkmama yardım etti.

Dünya kendi ekseni etrafında sallandı. Tekrar ikiye, sonra üçe ayrıldı ama dünyam sabitlenirken ve ben tek, tek bir adım atarken beni orada tuttu. Tanrısız acıyı işaretleyin. Henüz bilmiyordum, ama ayaklarım stres kırıklarıyla şerit halindeydi. Ultra devrede kibrin faturası ağır ve faturamın vadesi gelmişti. Bir adım daha attım. Ve başka. Ürktüm. Gözlerim sulandı. Bir adım daha. Bıraktı. Yürüdüm

Yavaşça.

Çok yavaş.

Yetmiş milde durduğumda, yüz mili yirmi dört saatte koşmam için gereken hızın oldukça ilerisindeydim, ama şimdi

Bayan Inagaki yanıma geldi ve bana baktı. Gözlerinde de acı vardı ama yine de bir atlet gibi görünüyordu. Biriktirdiğim tüm değerli zamanı harcayan, hata marjımın küle dönüşmesini izleyen lanet olası bir zombiydim. Neden? Yine aynı sıkıcı soru. Neden? Dört saat sonra, sabah saat 2 civarında, seksen bir mile ulaştım ve Kate bazı haberler verdi.

Benimle birlikte yürüyerek, “Bu hızla yetişeceğine inanmıyorum,” dedi ve beni daha fazla Myoplex içmeye teşvik etti. Darbeyi hafifletmedi. Bu konuda gerçekçiydi. Ona baktım, mukus ve Myopleks çenemden aşağı damlıyordu, gözlerimdeki tüm hayat çekilmişti. Dört saat boyunca, her ıstırap verici adım maksimum odaklanma ve çaba gerektirmişti ama bu yeterli değildi ve daha

fazlasını bulamazsam hayırsever hayalim ölmüştü. Boğuldum ve öksürdüm. Bir yudum daha aldı.

“Anlaşıldı,” dedim yumuşak bir sesle. Onun haklı olduğunu biliyordum. Hızım yavaşlamaya devam etti ve daha da kötüye gidiyordu.

İşte o zaman sonunda bu kavganın Red Wings Operasyonu ya da ölenlerin aileleriyle ilgili olmadığını anladım. Bir noktaya kadardı ama bunların hiçbiri sabah 10’dan önce on dokuz mil daha koşmama yardımcı olmayacaktı. Hayır, bu koşu, Badwater, kendimi yıkımın eşiğine getirme arzum benimle ilgiliydi. Ne kadar acı çekmeye istekli olduğum, daha ne kadar dayanabileceğim ve ne kadar vermem gerektiği ile ilgiliydi. Eğer başaracaksam, bu saçmalık kişiselleşmek zorunda kalacaktı.

Bacaklarıma baktım. Hala uyluğumun iç kısmına yapışmış kurumuş sidik ve kan izini görebiliyordum ve kendi kendime düşündüm, bu boktan dünyada hala bu kavgada kim olurdu? Sadece sen, Goggins! Antrenman yapmadın, hidrasyon ve performans hakkında hiçbir şey bilmiyorsun – tek bildiğin, bırakmayı reddetmen.

Neden?

Komik, insanlar en zorlu hedeflerimizi ve hayallerimizi, en büyük çabamızı gerektiren ama kesinlikle hiçbir şey vaat etmeyenleri, rahat bölgelerimize sıkışıp kaldığımızda ortaya çıkarma eğilimindedir. Kostman dışarı çıktığında ben işteydim.

Ancak artık klimalı odanızda veya kabarık battaniyenizin altında olmadığınızda bu cevaplar çok önemlidir. Vücudunuz kırıldığında ve dövüldüğünde, ıstırap verici bir acıyla karşı karşıya kaldığınızda ve bilinmeyene baktığınızda, zihniniz dönecek ve işte o zaman bu sorular zehirli hale geliyor. Önceden hazırlıklı değilseniz, yoğun bir ıstırap ortamında zihninizin disiplinsiz kalmasına izin verirseniz (öyle hissettirmeyecek ama bu yaptığınız büyük ölçüde bir seçimdir), muhtemelen vereceğiniz tek cevap onu olabildiğince hızlı durduracak olanı bulmaktır.

Bilmiyorum.

Cehennem Haftası benim için her şeyi değiştirdi. Bu, yirmi dört saatlik o yarışa bir haftadan daha az bir süre kala kaydolma zihniyetine sahip olmamı sağladı çünkü Cehennem Haftası boyunca hayatın tüm duygularını, tüm iniş çıkışlarını altı günde, 130 saatte yaşıyorsun. Onlarca yıllık bilgelik kazanırsın. Bu nedenle, Marcus BUD/S'den geçtikten sonra ikizler arasında bir bölünme yaşandı. Yalnızca hiçliğe bölünmekten ve içinde daha fazlasını bulmaktan gelebilecek türden bir öz-bilgi edinmişti. Morgan, kendisi için katlanana kadar o dili konuşamıyordu.

İki Cehennem Haftasından sağ çıktıktan ve üçüne katıldıktan sonra. Ben anadiliydim. Cehennem Haftası evdeydi. Bu dünyada şimdiye kadar bulunduğum en adil yerdi. Zamanlanmış evrimler yoktu. Derecelendirilen hiçbir şey yoktu ve kupa yoktu. Bu, bana karşı topyekun bir savaştı ve Hospitality Point'te mutlak en düşük seviyeme düştüğümde kendimi tam olarak burada buldum.

Neden?! Neden hala bunu kendine yapıyorsun, Goggins?!

“Çünkü sen sert bir orospu çocuğusun,” diye bağırdım.

Kafamın içindeki sesler çok güçlüydü. Yüksek sesle geri ısırmak zorunda kaldım. Bir şeyin peşindeydim. Hâlâ mücadelenin içinde olmanın başlı başına bir mucize olduğunu anladığımda hemen bir enerji birikimi hissettim. Ancak bu bir mucize değildi. Tanrı aşağı inip kıçımı kutsamadı. Bunu ben yaptım! Beş saat önce bırakmam gerekirken devam ettim. Hala bir şansım olmasının sebebi benim. Bir şey daha hatırladım. Bu, imkansız gibi görünen bir görevi üstlendiğim ilk sefer değildi. Adımlarımı hızlandırdım. Hâlâ yürüyordum ama artık uyurgezer değildim. Hayatım vardı! Geçmişimi, kendi hayali Kurabiye Kavanozumu kazmaya devam ettim.

Çocukken, hayatımız ne kadar berbat olursa olsun, annemin her zaman kahrolası kurabiye kavanozumuzu doldurmanın bir yolunu bulduğunu hatırladım. Gofret ve Oreos, Pepperidge Farm Milanos ve Chips Ahoy! Satın alırdı ve ne zaman yeni bir parti kurabiyeyle ortaya çıksa, onları bir kavanoza boşaltırdı. Onun izniyle, her seferinde bir veya iki tanesini seçebilecektik. Küçük bir hazine avı gibiydi. Ne bulacağımı merak ederek yumruğumu o kavanoza atmanın sevincini hatırlıyorum ve kurabiyeyi ağzıma tıkmadan önce, özellikle Brezilya’da meteliksizken, önce ona hayran olmak için zaman ayırdım. Onu elimde çevirir ve kendi linle şükür duamı okurdum. Kurabiye gibi basit bir hediye için şükran anına kilitlenmiş o çocuk olma hissi bana geri döndü. Bunu içgüdüsel olarak hissettim ve bu konsepti yeni bir tür Kurabiye Kavanozu doldurmak için kullandım. İçinde tüm geçmiş zaferlerim vardı.

Herkesten üç kat daha fazla çalışmak zorunda kaldığım zamanlar gibi.

Lisedeki son yılımda sadece mezun olmak için. O bir kurabiyeydi. Ya da son sınıf öğrencisi olarak ASVAB sınavını geçip tekrar BUD/S’ye

girdiğimde. İki kurabiye daha. Üç aydan kısa bir sürede yüz kilodan fazla kilo verdiğimi, su korkumu yendiğimi, BUD/S'yi sınıfımın birincisi olarak bitirdiğimi ve Ordu Korucu Okulu'nda Enlisted Honor Man olarak atandığımı (bununla ilgili daha fazla bilgi yakında) hatırladım. Bunların hepsi çikolata parçalarıyla dolu kurabiyelerdi.

Bunlar sadece geri dönüşler değildi. Sadece hafıza dosyalarımda süzülmekle kalmadım, aslında o zaferler sırasında hissettiğim duygusal duruma girdim ve bunu yaparken sempatik sinir sistemime bir kez daha eriştim. Adrenalinim hakim oldu, acı yeterince azalmaya başladı ve hızım arttı.

Kollarımı sallamaya ve adımlarımı uzatmaya başladım. Benim

Çatlak ayaklar hâlâ kanlıydı, su toplamış, ayak tırnakları neredeyse her ayak parmağından soyulmuştu, ama ben zonklamaya devam ettim ve kısa süre sonra, saatle yarışırken acılı ifadelerle koşucuları tokatlayan ben oldum.

O andan itibaren, Kurabiye Kavanozu, kim olduğumu ve neler yapabileceğimi hatırlatmaya ihtiyacım olduğunda kullandığım bir kavram haline geldi. Hepimizin içinde bir kurabiye kavanozu var çünkü hayat olduğu gibi bizi hep sınadı. Şu anda moralin bozuk ve hayattan yenik düşmüş hissetsen bile, sana garanti ederim ki bir iki kez zorlukların üstesinden gelip başarıyı tadabilirsin. Büyük bir zafer olması da gerekmiyor. Küçük bir şey olabilir.

Bugün hepimiz zaferin tamamını istediğimizi biliyorum ama kendi kendime okumayı öğretirken tek bir paragraftaki her kelimeyi

anlayabildiğimde mutlu olurdum. Üçüncü sınıf okuma seviyesinden lise son sınıf seviyesine geçmek için daha kat etmem gereken çok yol olduğunu biliyordum, ancak bunun gibi küçük bir galibiyet bile öğrenmeye ve kendi içimde daha fazlasını keşfetmeye ilgi duymam için yeterliydi. Önce bir haftada beş pound kaybetmeden üç aydan daha kısa sürede yüz pound kaybetmezsiniz. Kaybettiğim ilk beş pound küçük bir başarıydı ve kulağa çok fazla gelmiyor, ama o zamanlar kilo verebileceğimin ve hedefimin ne kadar imkansız olursa olsun imkansız olmadığının kanıtıydı!

Bir roket gemisindeki motor, önce küçük bir kıvılcım olmadan ateşlenmez. Hepimizin hayatımızda büyük kıvılcımları yakmak için küçük kıvılcımlara, küçük başarılara ihtiyacı var. Küçük başarılarınızı çıra olarak düşünün. Bir şenlik ateşi istediğinizde, büyük bir kütük yakarak başlamazsınız. Biraz cadı saçı, küçük bir saman yığını veya biraz kuru, ölü ot topluyorsunuz. Bunu yakarsınız ve ardından ağaç kütüğünüzü aleve beslemeden önce küçük çubuklar ve daha büyük çubuklar eklersiniz. Çünkü küçük yangınları başlatan küçük kıvılcımlar, sonunda tüm lanet olası ormanı yakmaya yetecek kadar ısı oluşturur.

Henüz yararlanabileceğiniz büyük başarılarınız yoksa, öyle olsun. Küçük zaferleriniz, tadına varacağınız kurabiyelerinizdir ve tadını çıkardığınızdan emin olun. Evet, Hesap Verebilirlik Aynasına baktığımda kendime karşı serttim ama küçük bir zafer talep edebildiğimde kendimi de övdüm çünkü buna hepimizin ihtiyacı var ve çok azımız başarılarımızı kutlamak için zaman ayırırız. Elbette, şu anda onlardan keyif alabiliriz, ancak onlara hiç dönüp bakıp

Tekrar tekrar kazandığını hissediyor musun? Belki bu sana narsist geliyordur. Ama burada şanlı günler hakkında saçmalamaktan bahsetmiyorum. Kendi kıçına tırmanıp, eskiden ne kadar baş belası

olduğunla ilgili hikayelerinle arkadaşlarını sıkmanı önermiyorum. Kimse bu saçmalığı duymak istemiyor. Sizi yeni ve daha büyük başarılara ulaştırmak için geçmiş başarıları kullanmaktan bahsediyorum. Çünkü savaşın hararetinde, bok gerçek olduğunda, kendi yorgunluğumuzu, depresyonumuzu, acımızı ve sefaletimizi aşmak için ilham almalıyız. Lanet olası cehenneme dönüşmek için bir sürü küçük ateş yakmamız gerekiyor.

Ancak işler kötüye giderken Kurabiye Kavanozunu kazmak odaklanma ve kararlılık gerektirir çünkü beyin ilk başta oraya gitmek istemez. Size acı çektiğinizi ve hedefinizin imkansız olduğunu hatırlatmak istiyor. Acıyı durdurmak için seni durdurmak istiyor. San Diego'daki o gece fiziksel olarak hayatımın en zor gecesiydi. Hiç bu kadar kırılmış hissetmemiştim ve alınacak ruh yoktu. Bir kupa için yarışmıyordum. Yolumda duran kimse yoktu. Kendimi devam ettirmek için çekmem gereken tek şey kendimdim.

Kurabiye Kavanozu benim enerji bankam oldu. Ne zaman acı çok artsa, içine girip bir ısırık aldım. Ağrı hiç geçmedi ama onu yalnızca dalgalar halinde hissettim çünkü beynim başka türlü meşguldü, bu da basit soruları bastırmamı ve zamanı kısaltmamı sağladı. Her tur, farklı bir kurabiyeyi, başka bir küçük ateşi kutlayan bir zafer turu oldu. Mil seksen bir, seksen iki oldu ve bir buçuk saat sonra doksanlardaydım. Antrenman yapmadan doksan lanet mil koşardım! Bu boku kim yapıyor? Bir saat sonra doksan beşteydim ve yaklaşık on dokuz saat neredeyse hiç durmadan koştuktan sonra bunu başarmıştım! Yüz mili vururdum! Yoksa ben mi? Hatırlayamadım, bu yüzden emin olmak için bir tur daha koştum.

101 mil koştuktan sonra, yarışım nihayet sona erdi, çim sandalyeme sendeledim ve ben siste titrerken Kate vücuduma kamufle edilmiş bir panço astarı yerleştirdi. Üzerimden buhar döküldü. Görüşüm

bulanıktı. Bacağımda sıcak bir şey hissettiğimi hatırlıyorum. Aşağı baktım ve yine kan işediğimi gördüm. Bundan sonra ne olacağını biliyordum ama portatif tuvaletler yaklaşık kırk fit uzaktaydı, bu da kırk mil ya da 4.000 mil olabilirdi. Ayağa kalkmaya çalıştım ama çok başım dönüyordu ve o sandalyeye yığıldım, hareket ettirilemez bir nesne, kabullenmek üzere olduğum kaçınılmaz gerçeği kabul etmeye hazırdı.

Kendimi sikeyim Bu sefer çok daha kötüydü. Tüm arka tarafım ve belim sıcak dışkı ile lekelendi.

Kate acil bir durumun nasıl olduğunu biliyordu. Bizim Toyota'mıza koştu.

Camry'nin yanına gittim ve arabayı yanımdaki çimenli tümseğe sürdüm. Bacakları taşta donmuş fosiller kadar sertti ve arka koltuğa kaymak için ona yaslandım.

Direksiyon başında çılgına dönmüştü ve beni doğrudan acil servise götürmek istedi.

Ama eve gitmek istiyordum.

Chula Vista'da bir apartman kompleksinin ikinci katında yaşıyorduk ve o beni merdivenden çıkarırken sırtına yaslanıp kollarımı boynuna doladım. Dairemizin kapısını açarken beni sıvaya yasladı. Gözlerim kararmadan önce birkaç adım attım.

Birkaç dakika sonra mutfak katına geldim. Sırtım hâlâ bok içindeydi, kalçalarım kan ve idrarla kaplıydı. Ayaklarım su toplamıştı ve on iki yeri kanıyordu. On ayak tırnağımdan yedisi gevşekçe sarkıyordu, birbirine sadece ölü deri parçalarıyla bağlıydı. Kombine bir küvet ve duşumuz vardı ve banyoya doğru emeklememe ve küvete tırmanmama yardım etmeden önce duşu açtı. Üzerime yağan duşla orada çıplak yattığımı hatırlıyorum. Titredim, hissettim ve ölü gibi göründüm ve sonra tekrar işemeye başladım. Ama kan ya da idrar yerine, benden çıkan şey koyu kahverengi safraya benziyordu.

Kate dehşet içinde annemi aramak için koridora çıktı. O yarışa gitmişti

Doktor olan bir arkadaşıyla. Benimkini duyunca

Semptomlar, doktor böbrek yetmezliğinde olabileceğimi önerdi.

Acilen acile gitmesi gerekiyor. Kate telefonu kapattı, içeri girdi.

“Seni hemen acile götürmemiz gerekiyor, David!”

Hayatımdaki en muhteşem başarıyı elde ettim.

Cehennem Haftası, benim için SEAL olmaktan daha önemli ve daha fazlasıydı.

Irak’a konuşlanmamdan daha zorlu çünkü bu sefer yapmıştım.

Banyo ve beni cenin pozisyonunda sol tarafımda yatarken buldu. Sürekli konuşuyor, bağırıyor, ağlıyor, sisin içinden bana ulaşmaya çalışıyordu ve söylediklerinin çoğunu duymuştum ama hastaneye gidersek bana ağrı kesici vereceklerini biliyordum ve bunu saklamak istemiyordum.

Daha önce kimsenin yaptığından emin olmadığım bir şey. Sıfır hazırlıkla 101 mil koştum.

O zaman kendimi ucuza sattığımı biliyordum. Tamamen yeni bir şey olduğunu

Faydalanmak için orada performans düzeyi. İnsan vücudunun yapabileceği

Çoğumuzun düşündüğünden çok daha fazlasına dayanmak ve başarmak

Mümkündür ve her şey zihinde başlar ve biter. Bu bir teori değildi. Lanet olası bir kitapta okuduğum bir şey değildi. Bunu ilk elden Hospitality Point'te deneyimlemiştim. Bu son kısım. Bu acı ve ıstırap. Bu benim ödül törenimdi. Bunu görmüştüm. Bu, en azından kısa bir süreliğine kendi zihnimde ustalaştığımın ve az önce başardığım şeyin özel bir şey olduğunun kanıtıydı. Orada, küvette kıvrılmış, cenin pozisyonunda titreyerek, acının tadını çıkarırken, başka bir şey daha düşündüm.

Sıfır eğitimle 101 mil koştum.

Biraz hazırlıkla neler neler yapabileceğimi hayal edin.

GÖREV 6

Günlüğünü tekrar aç. Ve bütün başarılarını yaz.

Unutma, bu kişisel ödül odanda bir gezinti değil.

Sadece başarı listeni yazma.

Sigarayı bırakmak veya depresyonun üstesinden gelmek veya kekemelik gibi üstesinden geldiğin yaşam engellerini de ekle.

Daha önce başarısız olduğun, ancak ikinci veya üçüncü kez tekrar denediğin ve sonunda başardığın küçük görevleri de ekle.

O mücadelelerin, o rakiplerin üstesinden gelmenin ve kazanmanın nasıl bir şey olduğunu hisset. Ve işe koyul.

Her antrenmandan önce iddialı hedefler belirle ve geçmişteki zaferlerin seni yeni kişisel rekorlara taşımasına izin ver.

Koşu veya bisiklete binme ise, aralıklı çalışma yapmak için biraz zaman ayır ve en iyi mil dağılımınızı geçmek için kendine sor.

Ya da sadece tam bir dakika, ardından iki dakika boyunca maksimum kalp atış hızını koru. Evdeysen, şınav çekmeye odaklan.

İki dakikada mümkün olduğunca çok şey yap.

O zaman elinden gelenin en iyisini yapmaya çalış.

Acı gelip seni hedefinden uzaklaştırmaya çalıştığında, bırakma üstüne git.

Entelektüel büyümeye daha fazla odaklanıyorsan, her zamankinden daha fazla ve daha uzun süre çalışmak veya belirli bir ayda rekor sayıda kitap okumak için kendini eğit.

Kendine bir kavanoz yap ve içine gelişmek istediğin konular hakkında zorluklar içeren kağıtlar koy.

Sok elini kavanoza ve birini çıkart. Derhal yapmaya başla.

Buradaki amaç, kendini bir kahraman gibi hissettirmek değil. Bu benim için bir yaşasın seansı değil.

Savaşın hararetinde tekrar başarılı olmak için bu enerjiyi kullanabilmek için ne kadar belalı biri olduğunuzu hatırlamaktır!

BÖLÜM 7
EN GÜÇLÜ SİLAH

YİRMİ YEDİ SAAT YOĞUN, TATMİN EDİCİ ACILARIN TADINI ÇIKARDIKTAN VE ŞİMDİYE KADARKİ EN BÜYÜK BAŞARIMIN GÜZELLİKLERİNİ ÇIKARDIKTAN SONRA, bir Pazartesi sabahı masamın başına döndüm. SBG benim komutanımdı ve birkaç gün izin almak için onun iznini ve bilinen her türlü mazeretini aldım. Yerine. Şiş, ağrılı ve sefil bir halde kendimi yataktan kaldırdım, aksayarak işe koyuldum. Ve daha sonra o sabah Chris Kostman'ı aradı.

Bunu dört gözle bekliyordum. Onun meydan okumasına göğüs gerdiğimi ve 101 mili yirmi dört saatten daha kısa sürede koştuğumu duyduktan sonra sesindeki tatlı şaşkınlığı hayal ettim. Badwater yetkilisine girişimi yaptığında belki de gecikmiş bir saygı bile olabilirdi. Bunun yerine aramam sesli mesaja gitti. Ona asla geri

dönmediği kibar bir mesaj bıraktım ve iki gün sonra ona bir e-posta gönderdim.

Efendim, nasılsınız? Kalifiye olmak için gereken yüz mili 18 saat 56 dakikada koştum... Şimdi ne yapmam gerektiğini bilmek istiyorum.

Badwater'a girin...böylece [Özel Harekat Savaşçısı] vakfı için para toplamaya başlayabiliriz. Tekrar teşekkürler...

Cevabı ertesi gün geldi ve beni çok şaşırttı.

Yüz millik bitişiniz için tebrikler. Ama o zaman gerçekten durdun mu? Yirmi dört saatlik bir etkinliğin amacı yirmi dört saat koşmaktır... Neyse...Başvurabileceğiniz duyuru için takipte kalın...Yarış 24-26 Temmuz'da olacak.

Saygılarımla,

Chris Kostman

Cevabını kişisel olarak algılamaktan kendimi alamadım. Bir Çarşamba günü, o Cumartesi yirmi dört saatte yüz mil koşmamı önerdi. İstediğinden daha kısa sürede bitirdim ve o hala etkilenmedi mi? Kostman bir ultra yarış gazisiydi, bu yüzden arkamda dağılmış bir düzine performans engeli ve paramparça ettiğim acı eşiği olduğunu biliyordu. Açıkçası, bunların hiçbiri onun için pek bir şey ifade etmiyordu.

Ona cevap yazmadan önce bir hafta sakinleştim ve bu arada özgeçmişimi desteklemek için diğer yarışlara baktım. Yılın sonlarında çok az kişi mevcuttu. Catalina'da elli mil buldum ama Kostman gibi bir adamı yalnızca üç basamaklı rakamlar etkileyebilir. Artı, San Diego One Day'in üzerinden tam bir hafta geçmişti ve vücudum hâlâ anıtsal bir şekilde becerilmişti. 101. Mili bitirdiğimden beri üç fit koşmamıştım. Çürütücülüğümü hazırlarken hayal kırıklığım imleçle birlikte parladı.

Bana geri e-posta gönderdiğiniz için teşekkürler. Görüyorum ki sen de benim kadar konuşmaktan zevk alıyorsun. Sizi hala rahatsız etmemin tek nedeni, bu yarışın ve bunun arkasındaki nedenin önemli olması... Yapmam gerektiğini düşündüğünüz başka sıralama yarışları varsa, lütfen bana bildirin... Bildirdiğiniz için teşekkürler Yirmi dört saatin tamamını çalıştırmam gerekiyor. Bir dahaki sefere bunu yapacağımdan emin olacağım.

Yanıt vermesi tam bir hafta daha sürdü ve fazla umut vaat etmedi ama en azından alaycılıkla tuzladı.

Merhaba David,

Şu andan itibaren 3-24 Ocak arasında biraz daha ultra yapabilirseniz, başvuru dönemi harika. Değilse, 3-24 Ocak arasında mümkün olan en iyi başvuruyu yapın ve olumlu yanıt verin.

Heyecanınız için teşekkürler,

Chris

Bu noktada Chris Kostman'ı Badwater'a girme şansımdan çok daha fazla sevmeye başlıyordum.

Bahsedilen, Kostman'ın yılda 1.000'den fazla başvuruyu inceleyen Badwater kabul komitesindeki beş kişiden biri olduğu. Her yargıç, her başvuruyu puanlar ve kümülatif puanlarına göre, ilk doksan başvuran liyakat kazanır. Görünüşe göre özgeçmişim zayıftı ve ilk doksan arasına giremezdi. Öte yandan, Kostman arka cebinde on joker kart tutuyordu. Bana bir yer garanti edebilirdi ama nedense beni zorlamaya devam etti. Adil bir sarsıntı elde etmek için bir kez daha minimum standardın ötesinde kendimi kanıtlamam gerekecekti.

SEAL olmak için üç Cehennem Haftası ile uğraşmak zorunda kaldım ve şimdi, gerçekten Badwater'ı yönetmek ve ihtiyacı olan aileler için para toplamak istiyorsam, başvurumu kurşun geçirmez hale getirmenin bir yolunu bulmam gerekecekti.

Cevabıyla birlikte gönderdiği bir bağlantıya dayanarak, Badwater başvurusundan önce planlanmış bir ultra yarış daha buldum. Hurt 100 olarak adlandırıldı ve adı yalan söylemedi. Dünyanın en zorlu 100 millik parkur yarışlarından biri olan bu yarış, Oahu adasındaki üçlü gölgelikli bir yağmur ormanında yapıldı. Bitiş çizgisini geçmek için 24.500 fit yukarı ve aşağı koşmam gerekir.

Bu biraz Himalaya boku. Yarış profiline baktım. Hepsi keskin yükselmeler ve derin dalışlardı. Aritmik bir EKG'ye benziyordu. Bu yarışı soğuk yapamazdım. En azından biraz eğitim almadan bitirmemin hiçbir yolu yok, ama Aralık ayı başlarında hala o kadar çok ıstırap içindeydim ki, daireme çıkan merdivenlerden yukarı çıkmak tam bir işkenceydi.

Sonraki hafta sonu, Las Vegas Maratonu için Interstate 15'ten Vegas'a giden bir oda tuttum. Bir anda olmadı. "Bir Gün San Diego" kelimesini duymadan aylar önce Kate, annem ve ben 5 Aralık'ı takvimlerimizde daire içine almıştık. 2005'ti, Strip'te Las Vegas Maratonu'nun başladığı ilk yıldı ve biz de bu pisliğin bir parçası olmak istedik. Ama bunun için hiç antrenman yapmadım, sonra San Diego Bir Gün oldu ve Vegas'a vardığımızda zindelik seviyem hakkında hiçbir yanılsama yaşamadım. Ayrılmadan önceki sabah koşmaya çalıştım ama ayaklarımda hâlâ stres kırıkları vardı, medial tendonlarım titriyordu ve özel bir bandajla sarılıyken bile bileklerimi sabitleyebileceğini fark etmiştim, daha fazla dayanamadım. Çeyrek milden fazla. Bu yüzden yarış günü Mandalay Bay Casino & Resort'a geldiğimizde koşmayı planlamadım.

Güzel bir sabahtı. Müzik yükseliyordu, sokakta binlerce gülen yüz vardı, temiz çöl havası ürperticiydi ve güneş parlıyordu. Koşu koşulları pek iyiye gitmiyor ve Kate gitmeye hazırdı. Amacı beş saati kırmaktı ve bir kez olsun amigo kız olmaktan memnundum. Annem her zaman yürümeyi planlamıştı ve ben de onunla olabildiğince uzun süre dolaşmayı, sonra bitiş çizgisine kadar bir taksi çevirip leydilerimi kasete tezahürat etmeyi düşündüm.

Saat sabah 7'yi vurduğunda ve biri resmi geri sayımı başlatmak için mikrofona geçtiğinde üçümüz kitlelerle ayaklandık.
"On...dokuz...sekiz..." Bire vurduğunda bir korna çaldı ve Pavlov'un köpeği gibi içimde bir şeyler tıkırdadı. Hala ne olduğunu bilmiyorum. Belki de rekabetçi ruhumu hafife aldım. Belki de Navy SEAL'lerin dünyanın en sert orospu çocukları olduğunu bildiğim içindi. Kırık bacaklar ve kırık ayaklar üzerinde koşmamız gerekiyordu. Ya da uzun zaman önce inandığım efsane böyle gitti. Her ne ise, bir şey tetiklendi ve korna sokakta yankılanırken gördüğüm son şey, ben bulvardan

aşağı hücum edip gözden kaybolurken Kate ve annemin yüzlerindeki şok ve gerçek endişeydi.

Ağrı ilk çeyrek mil boyunca ciddiydi ama bundan sonra adrenalin hakim oldu. İlk mili 7:10'da vurdum ve asfalt arkamda eriyormuş gibi koşmaya devam ettim. Yarışa on kilometre kala zamanım kırk üç dakika civarındaydı. Bu doğru, ama saate odaklanmamıştım çünkü önceki gün nasıl hissettiğimi düşünürsek, gerçekten 6,2 mil koştuğuma hala tamamen inanamıyordum! Vücudum kırılmıştı. Bu nasıl oluyordu? Benim durumumdaki çoğu insanın her iki ayağı da yumuşak alçıda olurdu ve burada bir maraton koşuyordum!

Yolun yarısına, on üçüncü mile vardım ve resmi saati gördüm. "1:35:55" yazıyordu. Hesabı yaptım ve fark ettim ki Boston maratonuna hak kazanma peşindeydim ama tam da yolun başındaydım. Yaş grubuma kalifiye olmak için 3:10:59'un altında bitirmem gerekiyordu. İnanamayarak güldüm ve bir kağıt bardak Gatorade'yi çarptım. İki saatten az bir süre içinde oyun tersine döndü ve bu şansı bir daha asla elde edemeyebilirim. O zamana kadar kişisel hayatımda ve savaş alanında o kadar çok ölüm görmüştüm ki yarının garanti olmadığını biliyordum. Benden önce bir fırsat vardı ve eğer bana bir fırsat verirsen. O orospu çocuğunu kıracağım!

Kolay değildi. İlk on üç mil boyunca bir adrenalin dalgasında sörf yaptım, ancak ikinci yarının her santimini hissettim ve on sekiz milde bir duvara çarptım. Bu, maraton koşularında yaygın bir temadır, çünkü on sekiz mil genellikle bir koşucunun glikojen seviyelerinin düştüğü zamandır ve ben çıldırıyordum, ciğerlerim inip kalkıyordu. Bacaklarım derin Sahra kumlarında koşuyormuş gibi hissettim. Durup bir mola vermem gerekiyordu ama reddettim ve iki kilometre sonra kendimi gençleşmiş hissettim. Sonraki saate yirmi iki milde vardım.

Hâlâ Boston arayışındaydım, ancak hızımın otuz saniye gerisinde kalmıştım ve kalifiye olmak için son dört milin en iyi halim olması gerekiyordu.

Derin kazdım, kalçalarımı havaya kaldırdım ve adımlarımı uzattım. Son virajı dönüp Mandalay Körfezi'ndeki bitiş çizgisine doğru ilerlerken ele geçirilmiş bir adamdım. Binlerce insan kaldırımda toplanmış, tezahürat yapıyordu. Eve koşarken her şey benim için güzel bir bulanıklıktı.

Son iki milimi yedi dakikanın altında bir hızda koştum, yarışı 3:08'in biraz üzerinde bitirdim ve Boston'a katılmaya hak kazandım. Las Vegas sokaklarında bir yerlerde, karım ve annem kendi mücadeleleriyle uğraşır ve onların da üstesinden gelerek onları bitirirdi ve ben bir çimenlikte oturup onları beklerken aklımdan bir türlü kurtulamadığım basit bir soru daha düşündüm. Yeniydi ve korku temelli, acılı veya kendi kendini sınırlayıcı değildi. Bu açık hissettirdi.

Benim kapasitem ne?

SEAL eğitimi beni birkaç kez uçurumun eşiğine getirmişti, ama ne zaman beni yense, bir darbe daha almak için ayağa fırladım. Bu deneyim beni zorlaştırdı, ama aynı zamanda daha fazlasını ve günden güne Navy SEAL'i istememe neden oldu. Hayat böyle değildi. Sonra San Diego Bir Gün geldi ve şimdi de bu. Bir mil yürümekle bile işim yokken (bir hafta sonu savaşçısı için) bir maratonu seçkin bir hızda bitirmiştim. Her ikisi de mümkün görünmeyen inanılmaz fiziksel becerilerdi. Ama olmuşlardı.

Benim kapasitem ne?

Bu soruya cevap veremedim ama o gün bitiş çizgisine baktığımda ve neler başardığımı düşündüğümde, hepimizin farkında olmadan masaya bir sürü para bıraktığımızı anladım. Alışkanlık olarak elimizden gelenin en iyisini yapmaktan daha azıyla yetiniriz; işte, okulda, ilişkilerimizde...

Birey olarak yaşıyoruz ve çocuklarımıza ellerinden gelenin en iyisinden daha azıyla yetinmeyi öğretiyoruz ve tüm bunlar topluluklarımızda ve bir bütün olarak toplumda dalgalanıyor, birleşiyor ve çoğalıyor. Vegas'ta kötü bir hafta sonundan bahsetmiyoruz, ATM'de nakit kaybı da yok. O anda, bu sonsuza kadar boktan dünyada bu kadar çok mükemmelliği kaçırmanın bedeli bana hesaplanamaz geldi ve hala da öyle geliyor. O zamandan beri bunu düşünmeyi bırakmadım.

....

Fiziksel olarak birkaç gün içinde Vegas'tan döndüm. Yani yeni normalime geri dönmüştüm: San Diego Bir Gün'den sonra eve geldiğim aynı ciddi ama tolere edilebilir acıyla uğraşıyordum. Ağrılar ertesi cumartesiye kadar hala oradaydı, ama iyileşme sürecim bitmişti. Antrenmana başlamam gerekiyordu, yoksa Hurt 100'de patikalarda tükenirdim ve Badwater olmazdı. Ultras için nasıl hazırlanacağımı okuyordum ve birkaç yüz millik haftalarda gitmenin hayati önem taşıdığını biliyordum. 14 Ocak'taki yarış gününden önce gücümü ve dayanıklılığımı geliştirmek için sadece bir ayım vardı.

Ayaklarım ve baldırlarım sağa yakın bile değildi, bu yüzden hem ayaklarımdaki kemikleri hem de tendonlarımı stabilize etmek için yeni bir yöntem buldum. Yüksek performanslı ekler satın aldım, ayak tabanlarımla aynı hizada olacak şekilde kestim ve ayak bileklerime, topuklarıma ve baldırlarımın alt kısmını kompresyon bandıyla bantladım. Ayrıca koşu duruşumu düzeltmek ve baskıyı azaltmak için ayakkabılarıma küçük bir topuk takozu kaydırdım. Çektiğim onca şeyden sonra, (neredeyse) acı çekmeden koşmamı sağlamak için pek çok donanım gerekiyordu.

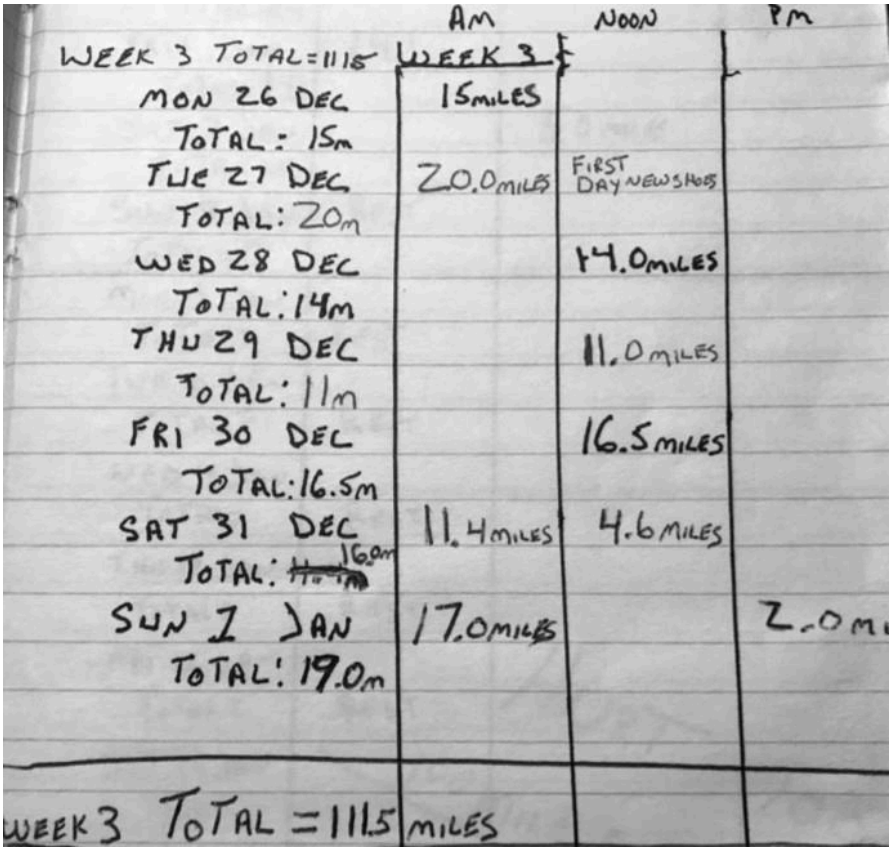
Sabit bir işi sürdürürken yüz millik haftalar kazanmak kolay değil ama bu bir mazeret değildi. Chula Vista'dan Coronado'ya işe gidip geldiğim on altı millik yolum, ilk koşum oldu. Ben orada yaşarken Chula Vista'nın bölünmüş bir kişiliği vardı. Yaşadığımız yerde daha güzel, daha yeni, orta sınıf bir kesim vardı, etrafı kumlu, tehlikeli sokaklardan oluşan beton bir ormanla çevriliydi. Şafakta, otoyol üst geçitlerinin altından ve Home Depot nakliye bölmelerinin yanından geçtiğim kısım buydu. Bu, turist broşürünün güneşli San Diego versiyonu değildi.

Seçtiğim Imperial Beach'e ulaşmadan önce araba egzozunu ve çürüyen çöpü kokladım, sıçrayan fareleri gördüm ve uykusuz evsizler kamplarından kaçtım.

Yedi millik Silver Strand bisiklet yolunun yukarısında. Coronado'nun dönüm noktası olan oteli, yüzyılın başındaki Hotel Del Coronado'yu ve günü uçaklardan atlayıp ateş ederek geçirdiğim Donanma Özel Harp Komutanlığı tarafından paylaşılan aynı geniş kum şeridine bakan bir dizi lüks apartman kulesinin yanından güneye doğru uzanıyordu. Silahlar. Navy SEAL efsanesini gerçek tutmaya çalışarak yaşıyordum!

O on altı millik mesafeyi haftada en az üç kez koştum. Bazı günler ben de eve koştum ve Cuma günleri koşu koşusu ekledim. Standart sırt çantamın radyo kesesinin içine, yirmi beş poundluk iki ağırlık kaydırdım ve dörtlü güç oluşturmak için yirmi mil kadar tamamen yükle koştum. Takım arkadaşlarımın çoğu kahvelerini bile bitirmemişken sabah 5'te uyanmayı ve üç saatlik kardiyo ile işe başlamayı çok seviyordum. Bana zihinsel bir avantaj, daha iyi bir öz farkındalık duygusu ve bir ton özgüven verdi. Bu da beni daha iyi bir SEAL eğitmeni yaptı. Sabahın köründe kalkıp dışarı çıkmak sana bunu yapacak. Sizi hayatınızın her alanında daha iyi yapar.

İlk gerçek anlaşma eğitim haftam sırasında. Yetmiş yedi mil koştum. Ertesi hafta, Noel Günü'ndeki on iki millik bir koşu da dahil olmak üzere 109 mil koştum. Sonraki hafta, Yeni Yıl Günü'nde on dokuz millik bir koşu da dahil olmak üzere 111,5'e çıkardım ve ertesi hafta bacaklarımı inceltmek için geri çekildim, ancak yine de 90,5 mil aldım. Gelmek bir arazi koşusuydu ve daha önce hiç parkurda



koşmamıştım. Bir sürü yere çarpmıştım, ama bir saat çalışırken tek bir yolda uzun mesafe koşmamıştım. Hurt 100 yirmi millik bir parkurdu ve yarışa başlayanların sadece küçük bir bölümünün beş turu tamamladığını duymuştum. Badwater özgeçmişimi doldurmak için bu son şansımdı. Başarılı bir sonuç için çok şey sürdüm ve yarış hakkında ve ultra koşu hakkında hala bilmediğim çok şey vardı.

Birkaç gün önce Honolulu'ya uçtum ve aktif görev ve gazilerin kasabadan geldiklerinde aileleriyle birlikte kaldıkları bir askeri otel olan Halekoa'ya yerleştim. Haritaları inceledim ve araziye gelince temel bilgileri biliyordum ama onu yakından görmemiştim, bu yüzden yarıştan bir gün önce Hawaii Doğa Merkezi'ne gittim ve kadifeye baktım. Yeşim dağları. Tek görebildiğim, yoğun yeşilin içinde kaybolan dik bir kırmızı toprak parçasıydı. Patikada yarım mil yürüdüm, ancak yürüyüş yapabileceğim kadar mesafe vardı. Giderek inceliyordum ve ilk mil düz yokuş yukarıydı. Bunun ötesindeki her şey bir süre daha sır olarak kalmalıydı.

Yirmi millik parkurda sadece üç yardım istasyonu vardı ve çoğu sporcu kendine güveniyor ve kendi beslenme rejimlerine göre ayarlanmıştı. Hâlâ acemiydim ve iş yakıta geldiğinde neye ihtiyacım olduğu hakkında hiçbir fikrim yoktu. Sabah 5:30'da otelde bir kadınla tanıştım. Yarış günü sabahı biz ayrılmak üzereyken. Çaylak olduğumu biliyordu ve devam etmem için yanımda ne getirdiğimi sordu. Ona az miktarda aromalı enerji jelimi ve CamelBak'ımı gösterdim.

"Tuz hapı getirmedin mi?" diye sordu, şok olmuştu. Omuz silktim. Tuz hapının ne olduğunu bilmiyordum. Yüz tanesini avucuma döktü. "Saat başı bunlardan iki tane al. Kramplanmanı önler."

"Anlaşıldı." Gülümsedi ve berbat geleceğimi görmüş gibi başını salladı.

Güçlü bir başlangıç yaptım ve harika hissettim ama yarış başladıktan kısa bir süre sonra anladım! Bir canavar rotasıyla karşı karşıyaydı. Derece ve yükseklik farkından bahsetmiyorum. Bunu bekliyordum. Beni şaşırtan tüm kayalar ve köklerdi. Birkaç gün içinde yağmur yağmadığı için şanslıydım çünkü giymem gereken tek şey, çok az dişli olan standart koşu ayakkabılarımdı. Sonra CamelBak'ım altı milde kırıldı.

Onu silkeledim ve vurmaya devam ettim, ancak bir su kaynağı olmadan, hidrasyon için yardım istasyonlarına güvenmem gerekecekti ve birbirlerinden kilometrelerce uzaktaydılar. Henüz destek ekibim bile yoktu. Kate sahilde ürperiyordu ve yarışın sonlarına kadar gelmeyi planlamamıştı ki bu benim hatamdı. Bir tatil sözü vererek onu gelmeye ikna ettim ve o sabah erkenden Hawaii'nin tadını çıkarması ve ıstırabı bana bırakması için ısrar ettim. CamelBak olsun ya da olmasın, zihniyetim yardım istasyonundan yardım istasyonuna geçmek ve ne olacağını görmekti.

Yarış başlamadan önce insanların Karl Meltzer hakkında konuştuğunu duydum. Onu gerinirken ve ısınırken görmüştüm. Takma adı Sürat Keçisi'ydi ve yarışı yirmi dört saatten daha kısa sürede tamamlayan ilk kişi olmaya çalışıyordu. Geri kalanımız için otuz altı saatlik bir zaman sınırı vardı. İlk turum dört buçuk saat sürdü ve daha sonra kendimi iyi hissettim, hazırlık için yaptığım tüm uzun günler göz önüne alındığında bu beklenebilirdi, ama aynı zamanda endişeliydim çünkü her tur bir iniş ve çıkış gerektiriyordu.

Yaklaşık 5.000 dikey fit ve her adıma dikkat etmek için harcadığım odaklanma miktarı, böylece zihinsel yorgunluğumu artırdı. Orta tendonum her burkulduğunda, rüzgara maruz kalan ham bir sinir gibi hissettim ve bir tökezlemenin titreyen ayak bileğimi bükebileceğini ve

yarışımı bitirebileceğini biliyordum. O baskıyı her an hissettim ve sonuç olarak beklediğimden daha fazla kalori yaktım. Bu bir problemdi çünkü çok az yakıtım vardı ve bir su kaynağı olmadan etkili bir şekilde hidratlayamıyordum.

Turlar arasında su içtim ve karnım çalkalanırken, dağlara (temelde düz yokuş yukarı) bir mil uzunluğunda, 800 fitlik tırmanışa kadar yavaş bir koşu ile ikinci döngüme başladım. İşte o zaman yağmur başladı. Kırmızı toprak yolumuz dakikalar içinde çamura dönüştü. Ayakkabılarımın tabanı onunla kaplıydı ve kayaklar kadar kaygandı. Parlak derin su birikintilerinden geçtim, inişlerden aşağı kaydım ve çıkışlarda kaydım. Tam vücut sporuydu. Ama en azından su vardı. Ne zaman kuru kalsam, başımı arkaya atıyor, ardına kadar açılıyor ve yaprak çürüğü ve bok kokan üçlü gölgelikli bir ormandan sızan yağmurun tadına bakıyordum. Doğurganlığın vahşi korkusu burun deliklerimi işgal etti ve tek düşünebildiğim, dört tur daha koşmam gerektiğiydi!

Otuz milde, vücudum bazı olumlu haberler verdi. Ya da belki ters bir iltifatın fiziksel tezahürüydü? Ayak bileklerimdeki tendon ağrısı kaybolmuştu... çünkü ayaklarım o tendonları stabilize edecek kadar şişmişti. Bu uzun vadede iyi bir şey miydi? Muhtemelen hayır, ama ultra devrede alabildiğin kadarını alırsın, burada seni bir milden diğerine götüren her şeyle yuvarlanmak zorundasın. Bu sırada baldırlarım ve baldırlarım balyozla dövülmüş gibi ağrıyordu. Evet, çok fazla koşmuştum, ancak çoğu, kaygan orman yollarında değil, San Diego'daki gözleme düz arazide koşum dahil.

İkinci turumu tamamladığımda Kate beni bekliyordu ve Waikiki sahilinde dinlendirici bir sabah geçirdikten sonra, benim Walking Dead'deki bir zombi gibi sisin içinden cisimleşmemi dehşet içinde

izledi. Oturdum ve alabildiğim kadar su içtim. O zamana kadar, bunun benim ilk arazi yarışım olduğu söylentisi yayılmıştı.

Hiç herkesin içinde çok boktan bir gün/hafta/ay/yılın ortasındayken çevrenizdeki insanlar aşağılanmanızın kaynağı hakkında yorum yapmak zorunda hissettiniz mi? Belki de sana yaptığın tüm yolları hatırlatmışlardır.

Çok farklı bir sonuç sağlayabilir miydi? Şimdi bu olumsuzluğu tükettiğinizi, ancak bunun üzerine terli orman yağmurunda altmış mil daha koşmanız gerektiğini hayal edin. Kulağa eğlenceli gibi mi geliyor? Evet, yarışta konuşulan bendim. Şey, ben ve Karl Meltzer. Yirmi dört saatin altında bir deneyim için can attığına kimse inanamıyordu ve gezegendeki en tehlikeli patika yarışlarından birine yetersiz malzeme ve hazırlıksız gelmem de aynı derecede şaşırtıcıydı. Kemerimin altında patika yarışları olmadan. Üçüncü döngüme başladığımda, yarışta yaklaşık yüz sporcudan sadece kırk kişi kalmıştı ve Luis Escobar adında bir adamla koşmaya başladım. Onuncu kez şu sözleri duydum:

“Yani bu senin ilk arazi yarışın mı?” diye sordu, başımı salladım. “Gerçekten yanlış olanı seçtin...

“Biliyorum,” dedim.

“Bu sadece bir teknik...”

“Doğru. Ben bir aptalım. Bunu bugün çok duydum.”

“Sorun değil,” dedi. “Burada hepimiz bir avuç salağız, dostum.” Bana bir su şişesi uzattı. Üç tanesini taşıyordu. “Al bunu. Duydum

CamelBak’ınız hakkında.”

Bu benim ikinci yarışım olduğundan ultranın ritmini anlamaya başlıyordum. Bana BUD/S’yi hatırlatan, rekabet ve yoldaşlık arasındaki sürekli bir dans. Lais ve ben hem zamanla hem de birbirimizle yarışıyorduk ama birbirimizin başarmasını istiyorduk. Bu işte yalnızdık, birlikteydik ve o haklıydı. Biz iki aptaldık.

Karanlık çöktü ve bizi zifiri karanlık bir orman gecesiyle bıraktı. Yan yana koşan farlarımızın parıltısı birleşti ve daha geniş bir ışık tuttu, ama ayrıldığımızda tek görebildiğim önümde patikada zıplayan sarı bir toptu. Yüksek kütükler, kaygan kökler, liken kaplı kayalar gibi sayısız tuzak teli gözden uzak kaldı. Kaydım, tökezledim, düştüm ve küfrettim. Orman sesleri her yerdeydi. İlgimi çeken sadece böcekler dünyası değildi. Hawaii’de, tüm adalarda, dağlarda yaban domuzu avlamak büyük bir eğlencedir ve usta avcılar genellikle çukur boğalarını zincirlenmiş halde bırakırlar.

Domuzlar için bir burun geliştirmek için orman. O aç boğaların her birinin çıtırdadığını ve hırladığını duydum ve bazı domuzların da ciyakladığını duydum. Korkularının ve öfkelerinin, sidiklerinin ve boklarının, ekşimiş nefeslerinin kokusunu aldım.

Yakındaki her havlama veya havlama ile kalbim yerinden fırladı ve o kadar kaygan bir zemine atladım ki, yaralanma gerçek bir olasılıktı. Tek bir yanlış adım, Badwater için kıçımı yarıştan ve çekişmeden

çıkarabilirdi. Kostman'ın haberi duyduğunu ve başından beri böyle bir şey olacağını anlamış gibi başını salladığını hayal edebiliyordum. Onu artık oldukça iyi tanıyorum ve asla beni elde etmek için dışarı çıkmadı, ama o zamanlar aklım böyle çalışıyordu. Ve Oahu'nun sarp, karanlık dağlarında yorgunluğum stresimi artırıyordu. Mutlak sınırıma yaklaştığımı hissettim, ancak daha gidecek kırk milden fazla yolum vardı!

Sahanın arka tarafında, karanlık, rutubetli ormana uzun bir teknik iniş yaptıktan sonra, patikada bir kesikte önümde dönen başka bir far gördüm. Koşucu kıvrım kıvrım ilerliyordu ve ona yetiştiğimde onun San Diego'da tanıştığım Akos Konya adlı Macar bir koşucu olduğunu gördüm. Hospitality Point'te sahadaki en iyi koşuculardan biriydi. Yirmi dört saatte 134 mil kat ettiği yer. Akos'u seviyordum ve ona çılgınca saygı duyuyordum. Durdum ve onun birleşen daireler çizerek hareket etmesini, aynı konuyu tekrar tekrar kapatmasını izledim. Bir şey mi arıyordu? Halüsinasyon mu görüyordu?

"Akos," dedim, "iyi misin dostum? Yardıma ihtiyacın var mı?"

"David, hayır! Ben...hayır, ben iyiyim," dedi. Gözleri dolunay uçan dairelerdi. Hezeyan içindeydi ama ben zar zor kendime tutunuyordum ve onun için bir sonraki yardım istasyonundaki görevlilere onun sersemlemiş halde dolaştığını söylemekten başka ne yapabileceğimden emin değildim. Dediğim gibi, ultra devrede dostluk ve rekabet var ve bariz bir acı çekmediğinden ve yardımımı reddettiğinden. Barmen moduna geçmek zorunda kaldım. Bitime iki tam tur kala, ilerlemeye devam etmekten başka seçeneğim yoktu.

Başlangıç çizgisine sendeleyerek geri döndüm ve sersemlemiş bir şekilde sandalyeme yığıldım.

Uzay kadar karanlıktı, sıcaklık düşüyordu ve yağmur hâlâ işemeye devam ediyordu.

Yeteneklerimin sınırındaydım ve birini kaldırabileceğimden emin değildim.

Daha fazla adım Depomun en azından yüzde 99'unu boşaltmış gibi hissettim.

Işık yanıyordu, motorum titriyordu ama yine de bu yarışı bitirip kendimi Badwater'a sokacaksam daha fazlasını bulmam gerektiğini biliyordum.

Ama her adımda hissettiğin tek şey acı olduğunda kendini nasıl zorlarsın? Istırap, vücudunuzdaki her hücreye nüfuz eden geri bildirim döngüsü olduğunda. Durman için mi yalvarıyorsun? Bu zordur çünkü acı çekme eşiği herkes için farklıdır. Evrensel olan, boyun eğme dürtüsüdür.

Verebileceğiniz her şeyi verdiğinizi ve bir işi yarım bırakmakta haklı olduğunuzu hissetmek.

Şimdiye kadar, takıntılı hale gelmemin çok da uzun sürmediğini anlamışsınızdır eminim. Bazıları tutku seviyemi eleştiriyor, ancak bugünlerde Amerikan toplumuna hakim olma eğiliminde olan hakim zihniyetlere üzülmüyorum; bizi akışa bırakmamızı söyleyenler veya daha az çabayla daha fazlasını elde etmeyi öğrenmeye davet edenler.

SİKTİR ET ŞU KISAYOL SAÇMALIĞINI.

Kendi saplantılarımı kucaklamamın ve kendimden daha fazlasını istememin ve arzulamamın nedeni, yalnızca acı ve ıstırabın ötesine geçtiğimde, algılanan sınırlamalarımı aştığımda, fiziksel ve zihinsel olarak daha fazlasını başarabileceğimi öğrendim. Dayanıklılık yarışlarında değil, aynı zamanda bir bütün olarak yaşamda.

Ve aynı şeyin senin için de geçerli olduğuna inanıyorum.

İnsan vücudu stok araba gibidir. Dışarıdan farklı görünebiliriz, ancak kaputun altında hepimizin devasa potansiyel rezervleri ve maksimum hızımıza ulaşmamızı engelleyen bir yönetici var. Bir arabada, vali yakıt ve hava akışını sınırlar, böylece çok sıcak yanmaz, bu da performansta bir tavan oluşturur. Bu bir donanım sorunu: vali kolayca çıkarılabilir ve sizinkini devre dışı bırakırsanız, arabanızın 130 milin ötesine geçmesine dikkat edin.

Bu, insan hayvanında daha incelikli bir süreçtir.

Valimiz zihnimizin derinliklerine gömülü, kimliğimizle iç içe. Neyi, kimi sevdiğimiz ve nefret ettiğimizi bilir; tüm hayat hikayemizi okur ve kendimizi nasıl gördüğümüzü ve nasıl görünmek istediğimizi şekillendirir.

Acı ve bitkinliğin yanı sıra korku ve güvensizlik biçiminde kişiselleştirilmiş geri bildirim sağlayan yazılımdır ve tüm bunları, her şeyi riske atmadan önce durmamız için bizi teşvik etmek için kullanır. Ama olay şu ki, mutlak değeri yok.

Bir motordaki valinin aksine, bizimki saçmalıklarına inanıp istifa etmeyi kabul etmedikçe bizi durduramaz.

Ne yazık ki, çoğumuz maksimum çabamızın yalnızca yaklaşık yüzde 40'ını verdiğimizde pes ediyoruz. Mutlak sınırımıza ulaştığımızı hissettiğimizde bile, verecek daha yüzde 60'ımız var! Vali iş başında! Bunun doğru olduğunu bir kez anladığınızda, mesele sadece acı toleransınızı esnetmek, kimliğinizi ve tüm kendi kendini sınırlayan hikayelerinizi bırakmak meselesidir, böylece pes etmeden yüzde 60'a, ardından yüzde 80'e ve ötesine ulaşabilirsiniz. Ben buna %40 Kuralı diyorum ve bu kadar güçlü olmasının nedeni şu ki, onu takip ederseniz, sporda ve hayatta performansın ve mükemmelliğin yeni seviyelerine zihninizin kilidini açacaksınız ve ödülleriniz sadece maddi başarıdan çok daha derinlere inecek. .

%40 Kuralı yaptığımız her şeye uygulanabilir. Çünkü hayatta neredeyse hiçbir şey umduğumuz gibi olmayacak. Her zaman zorluklar vardır ve ister işte, ister okulda, ister en yakın veya önemli ilişkilerimizde sınanmış hissediyor olalım, hepimiz taahhütlerimizden uzaklaşma, hedeflerimizden ve hayallerimizden vazgeçme ve kendi mutluluğumuzu kısa sürede satma eğiliminde olacağız. Bir noktada. Çünkü zihnimizin, kalbimizin ve ruhumuzun derinliklerinde saklı olan hazinenin yarısına bile dokunmamışken, verecek başka bir şeyimiz kalmamış gibi, kendimizi boşlukta hissedeceğiz.

Enerjik bir çıkmaza yaklaşmanın nasıl bir his olduğunu biliyorum. Orada sayamayacağım kadar çok kez bulundum. Açığa satış yapma dürtüsünü anlıyorum ama aynı zamanda bu dürtünün zihninizin rahatlık arzusu tarafından yönlendirildiğini ve size doğruyu söylemediğini de biliyorum. Sığınak bulmaya çalışan kimliğinizdir, büyümenize yardım etmeye değil. Statükoyu arıyor, büyüklüğe ulaşmak ya da bütünlüğü aramak değil. Ancak yöneticinizi kapatmak için ihtiyacınız olan yazılım güncellemesi süpersonik indirme değildir. Yirmi yıllık deneyim kazanmak yirmi yıl alır ve yüzde 40'ınızın ötesine geçmenin tek yolu zihninizi günden güne

duygusuzlaştırmaktır. Bu da lanet olası işinmiş gibi acının peşinden koşman gerektiği anlamına geliyor!

Bir boksör olduğunuzu ve ringdeki ilk gününüzde çenenize bir tane yediğinizi hayal edin. Canın çok yanacak ama boksörlüğün onuncu yılında, tek bir yumrukla durdurulamayacaksın. On iki raunt yenilmeyi özümseyebilecek ve hemen ertesi gün geri gelip savaşabileceksiniz.

Yumruğun gücünü kaybetmesi değil. Rakipleriniz daha da güçlü olacak. Değişim beyninizin içinde gerçekleşti. Aklını nasırlaştırdın. Bir süre sonra, zihinsel ve fiziksel acıya karşı toleransınız genişleyecek çünkü yazılımınız birden fazla yumruk atabileceğinizi öğrenmiş olacak ve eğer sizi yenmeye çalışan herhangi bir görevde kalırsanız , ödülleri alacaksınız.

Dövüşçü değil misin? Koşmayı sevdiğini ama ayak parmağının kırık olduğunu söyle. Bahse girerim üzerinde koşmaya devam edersen çok yakında kırık bacaklarla koşabileceksin. Kulağa imkansız geliyor, değil mi? Bunun doğru olduğunu biliyorum, çünkü kırık bacaklarla koştum ve bu bilgi, ultra devrede her türden ıstıraba katlanmama yardımcı oldu, bu da tankım kuruduğunda içtiğim net bir özgüven yayı ortaya çıkardı.

Ancak hiç kimse rezervinin yüzde 60'ını hemen veya birdenbire kullanmıyor. İlk adım, ilk ağrı ve yorgunluk patlamanızın valinizin konuşması olduğunu hatırlamaktır. Bunu yaptığınızda, zihninizdeki diyaloğun kontrolü sizde olur ve düşündüğünüz kadar bitkin olmadığınızı kendinize hatırlatabilirsiniz. Her şeyini vermemiş olman.

Yakınında bile değil. Buna inanmak sizi mücadelede tutacaktır ve bu fazladan yüzde 5 değerindedir. Elbette bunu okumak yapmaktan daha kolay.

Hurt 100'ün dördüncü turuna başlamak kolay olmadı çünkü ne kadar acıtacağını biliyordum ve kendinizi ölü ve gömülmüş, susuz kalmış, sıkılmış ve yüzde 40'ta parçalanmış hissettiğinizde, fazladan 60'ı bulduğunuzda yüzde imkansız geliyor. Acılarımın devam etmesini istemiyordum. Kimse yapmaz! Bu yüzden "yorgunluk hepimizi korkak yapar" cümlesi bok gibi doğru.

Dikkat edin, o gün %40 Kuralı hakkında hiçbir şey bilmiyordum. Hurt 100, onu ilk kez düşünmeye başladığım zamandı, ancak daha önce birçok kez duvara çarpmıştım ve en düşük seviyemde bile hedeflerimi yeniden ayarlayacak kadar mevcut ve açık fikirli kalmayı öğrenmiştim. Mücadelede kalmanın her zaman en zor ve en ödüllendirici ilk adım olduğunu biliyordum.

Tabii ki, yoga dersinden çıkıp sahilde yürüyüşe çıktığınızda açık fikirli olmak kolaydır, ancak acı çekerken açık fikirli olmak zor iştir. Aynı şey, işte veya okulda gözünüzü korkutan bir zorlukla karşı karşıya kalırsanız da geçerlidir. Belki yüz soruluk bir testle uğraşıyorsunuz ve

İlk elliye tuğla attığınızı bilin. Bu noktada, kendinizi testi ciddiye almaya devam etmeye zorlamak için gerekli disiplini sürdürmek son derece zordur. Onu bulmanız da zorunludur, çünkü her başarısızlıkta kazanılacak bir şey vardır, bu yalnızca girmeniz gereken bir sonraki test için alıştırma olsa bile. Çünkü bir sonraki sınav geliyor. Bu bir garanti.

Dördüncü turuma herhangi bir inançla başlamadım. Bekle ve gör modundaydım ve ilk tırmanışın yarısında o kadar başım döndü ki bir süre bir ağacın altında oturmak zorunda kaldım. İki koşucu birer birer yanımdan geçti. Check-in yaptılar ama ben

Onlara el salladım. Onlara iyi olduğumu söyledim.

Evet, harika gidiyordum. Normal bir Akos Konyalıydım.

Kendi bakış açımdan yukarıdaki tepenin zirvesini görebiliyordum ve kendimi en azından o kadar uzağa yürümeye teşvik ettim. Bundan sonra yine de bırakmak istersem, kendi kendime imzayı atmaya istekli olacağımı ve Hurt 100'ü bitirmemenin ayıp olmadığını söyledim. Bunu kendi kendime defalarca söyledim çünkü valimiz böyle çalışıyor.

Sizi hedeflerinizden uzaklaştırırken bile egonuza masaj yapar. Ama tırmanışın zirvesine ulaştığımda, yüksek yer bana yeni bir bakış açısı verdi ve uzakta başka bir yer gördüm ve o küçük çamur, kaya ve kök bölümünü de kapatmaya karar verdim – bilirsin, bir süre için ayrılmadan önce.

Oraya vardığımda uzun bir inişe bakıyordum ve zemin rahatsız edici olsa da, yine de yokuş yukarı gitmekten çok daha kolay görünüyordu. Fark etmeden. Strateji oluşturabilecek bir noktaya gelmiştim. İlk tırmanışta o kadar başım dönmüş ve halsizdim ki beynimi tıkayan bir sikişme anına kapıldım. Stratejiye yer yoktu. Bırakmak istiyordum ama biraz daha ilerleyerek beynimi sıfırlayabilirdim. Sakinleştim ve yarışı küçültebileceğimi fark ettim ve bu şekilde oyunda kalmak bana umut verdi ve umut bağımlılık yapar.

Yarışı bu şekilde parçalara ayırdım, yüzde 5 fiş topladım, daha fazla enerjinin kilidini açtım ve zaman geç saatlere kadar kanadıkça yaktım. O kadar yoruldum ki neredeyse ayaklarımın üzerinde uyuyakalacaktım ve bu, çok fazla geri dönüş ve inişin olduğu bir parkurda tehlikeli. Herhangi bir koşucu kolayca uyurgezerlik yaparak unutulabilirdi. Beni uyanık tutan tek şey, pisliğin zayıf olduğu iz durumuydu. Onlarca kez kıçımın üzerine düştüm. Sokak ayakkabılarım eskimişti.

Buz üzerinde koşuyormuşum gibi geliyordu ve kaçınılmaz düşüş her zaman sarsıyordu ama en azından beni uyandırdı.

Biraz koşarak, sonra biraz yürüyerek, yetmiş yedi mile kadar ilerlemeyi başardım, bu inişlerin en zorlusuydu, bu, Speedgnat, Karl Meltzer'in arkamdaki tepeyi aştığını gördüğüm zamandı. Kafasında ve bileğinde birer lamba ve iki büyük su şişesi olan bir bel çantası takmıştı. Şafağın pembe ışığında silueti yokuş aşağı hücum etti, tökezlediğim ve ağaç dallarının dik durması için el yordamıyla uğraştığım bir bölümde gezindi. Bitiş çizgisinden üç mil uzakta, yirmi iki saat on altı dakikalık bir parkur rekoru için beni turlamak üzereydi, ama en çok hatırladığım şey, inanılmaz bir mil başına 6:30 hızında koşarken ne kadar zarif göründüğü. Tamamen farklı bir Zen'e binerek çamurun üzerinde yükseliyordu. Ayakları yere zar zor değiyordu ve bu çok güzel bir manzaraydı.

Sürat Keçisi, Las Vegas maratonundan sonra zihnimi işgal eden sorunun yaşayan, nefes alan yanıtıydı.

Ben ne yapabilirim?

O kötü adamın en zorlu arazide süzülüşünü izlemek, dünyada bambaşka bir seviyede atlet olduğunu ve bunun bir kısmının benim de içimde olduğunu fark etmemi sağladı. Aslında hepimizin içinde var. Genetiğin atletik performansta bir rol oynamadığını veya herkesin dört dakikada bir mil koşmak, LeBron James gibi smaç yapmak, Steph Curry gibi şut atmak veya Hurt 100'ü yirmi dakikada koşmak gibi keşfedilmemiş bir yeteneği olduğunu söylemiyorum.

İki saat. Hepimiz aynı zemine veya tavana sahip değiliz ama her birimizin içinde bildiğimizden çok daha fazlası var ve ultra koşu gibi dayanıklılık sporları söz konusu olduğunda, herkes bir zamanlar imkansız olduğunu düşündüğü başarıları elde edebilir. Bunu yapmak için fikirlerimizi değiştirmeli, kimliğimizi bir kenara atmaya istekli olmalı ve daha fazlası olmak için her zaman daha fazlasını bulmak için ekstra çaba göstermeliyiz.

Valimizi görevden almalıyız.

O gün Hurt 100 pistinde, Meltzer'in bir süper kahraman gibi koştuğunu gördükten sonra, dördüncü turumu her türlü acı içinde bitirdim ve ekibiyle çevrili olarak onun kutlamasını izlemek için zaman ayırdım. Daha önce kimsenin yapmadığı bir şeyi başarmıştı ve işte burada, bitecek bir tur daha vardı. Bacaklarım lastikliydi, ayaklarım şişti. Devam etmek istemedim ama bunun benim olduğunu da biliyordum.

Acı konuşmak Gerçek potansiyelim hâlâ belirsizdi. Geriye dönüp baktığımda, yüzde 60 verdiğimi söyleyebilirim, bu da depomun yarısını doldurmaktan çekindiği anlamına geliyordu.

Burada oturup size beşinci turda her şeyi yaptığımı ve o pisliği tükettiğimi söylemek isterdim ama yine de ultra gezegende sadece bir turisttim. Aklımın efendisi değildim. Laboratuvardaydım, hâlâ keşif modundaydım ve beşinci ve son turumun her adımını tek tek yürüdüm. Sekiz saatimi aldı ama yağmur durmuştu, sıcak Hawaii güneşinin tropikal parıltısı olağanüstü bir duyguydu ve işi bitirdim. Hurt 100'ü otuz üç saat yirmi üç dakikada bitirdim, otuz altı saatlik kesintiden biraz çekinerek, dokuzuncu sıra için yeterince iyi. Tüm yarışı sadece yirmi üç sporcu bitirdi ve ben de onlardan biriydim.

Sonrasında o kadar sarsıldım ki, iki kişi beni arabaya taşıdı ve Kate beni tekerlekli sandalyeyle odama döndürmek zorunda kaldı. Oraya vardığımızda yapacak daha çok işimiz vardı. Badwater uygulamamı bir an önce bitirmek istedim, bu yüzden kedi kestirmeden o boku parlattık.

Birkaç gün içinde Kostman, Badwater'a kabul edildiğimi bildirmek için bana bir e-posta gönderdi. Bu mükemmel bir histi. Aynı zamanda önümüzdeki altı ay boyunca iki tam zamanlı işim olduğu anlamına geliyordu. Badwater için tam hazırlık modunda bir Navy SEAL'dim. Bu sefer stratejik ve spesifik olacaktım çünkü yüzde 40'ı geçmek, depomu boşaltmak ve tüm potansiyelimi kullanmak istersem en iyi performansımı ortaya çıkarmak için önce kendime bir fırsat vermem gerektiğini biliyordum.

Hurt 100 için yeterince araştırma yapmadım veya yeterince hazırlanmadım. Ben yapmadım.

Engebeli araziyi bekliyordum, ilk bölüm için destek ekibim yoktu.

Yarış ve yedek su kaynağım yoktu. İki far getirmedim,

Bu uzun, kasvetli gece boyunca yardımcı olabilirdi ve sahip olduğum her şeyi verdiğimi kesinlikle hissetsem de, gerçek yüzde 100'üme erişme şansım hiç olmadı. Badwater farklı olacaktı. Gece gündüz araştırdım. Rotayı inceledim, sıcaklık ve yükseklik farklılıklarını not ettim ve bunların haritasını çıkardım. Sadece hava sıcaklığıyla ilgilenmiyordum. Daha derine indim, böylece biliyordum

Ölüm Vadisi'nin gelmiş geçmiş en sıcak gününde kaldırım ne kadar sıcak olurdu.

Yarışın videolarını Google'da aradım ve saatlerce izledim. Blogları okudum

Bunu tamamlayan koşucular, tuzaklarını ve antrenman tekniklerini not ettiler. 1 kuzeye Ölüm Vadisi'ne doğru sürdüm ve tüm parkuru keşfettim.

Araziyi yakından görmek vahşetini ortaya çıkardı. İlk kırk iki mil tamamen dümdüzdü – Tanrı'nın yüksek dumanı içinden bir nan yükseldi. Bu harika zaman geçirmek için en iyi fırsatım olurdu, ama hayatta kalmak için iki mürettebat aracına ihtiyacım olacak ve her 1/3 milde bir soğutma istasyonları kuracaktım.

Bunun düşüncesi beni heyecanlandırdı, ama yine de, henüz onu yaşamıyordum. Çiçek açmış bir çölde bir bahar gününde pencereler aşağıda müzik dinliyordum. Cehennem kadar rahattım! Her şey hala boktan bir fanteziydi!

Soğutma istasyonlarımı kurmak için en iyi noktaları işaretledim. Banketin nerede geniş olduğunu ve nerede durmaktan kaçınılması gerektiğini not ettim.

Su doldurmak ve buz almak için benzin istasyonlarını ve diğer yerleri de not aldım. Birçoğu yoktu ama hepsi haritalıydı. Çöl eldivenini koştuktan sonra, sıcaktan biraz kurtulur ve bunun bedelini irtifa ile öderdim. Yarışın bir sonraki aşaması, 4.800 fitte Towne Pass'a on sekiz millik bir tırmanıştı. O sırada güneş batıyor olacaktı ve o bölümü sürdükten sonra kenara çektim, gözlerimi kapattım ve her şeyi gözümde canlandırdım.

Araştırma, hazırlığın bir parçasıdır; görselleştirme başka bir şeydir. O Towne Geçidi tırmanışının ardından, kemik kıran, dokuz millik bir inişle karşılaşacaktım. Geçidin tepesinden açıldığını görebiliyordum. Hurt 100'den öğrendiğim bir şey yokuş aşağı koşmanın seni fena halde mahvettiği ve bu sefer bunu asfaltta yapıyor olacağım. Gözlerimi kapattım, zihnimi açtım ve baldırlarımda, baldırlarımda, dizlerimde ve baldırlarımda ki acıyı hissetmeye çalıştım. Kuadrumların bu inişin yükünü taşıyacağını biliyordum, bu yüzden kas eklemek için bir not aldım. Uyluklarımın çelikle kaplanması gerekirdi.

Yetmiş iki milden Darwin Geçidi'ne on sekiz millik tırmanış tam bir cehennem olurdu. O kısımda koşu-yürüme yapmam gerekecekti ama güneş batacaktı. Lone Pine'daki soğuğu memnuniyetle karşılardım ve oradan biraz zaman ayırabilirdim çünkü burası, Whitney Portal Yolu'ndaki son on üç millik tırmanıştan önce, 8374 fit'teki bitiş çizgisine giden son on üç millik tırmanıştan önce yolun tekrar düzleştiği yerdi.

Ayrıca, not defterinize "telafi zamanı" yazmak ve başka bir şey yazmak kolaydır.

Gerçek hayatta oraya vardığınızda uygulayın, ama en azından notlarım vardı.

Birlikte açıklamalı haritalarımla, üzerinde çalıştığım Badwater dosyamı oluşturdular.

Sanki başka bir ASVAB testi için hazırlanıyormuşum gibi. Mutfak masama oturdum, okudum.

Ve onları yeniden okudum ve her mili elimden geldiğince görselleştirdim, ama aynı zamanda biliyordum.

Vücudumun Hawaii'den hâlâ kurtulamamış olması, diğerini engelledi,

Badwater hazırlığımın daha da önemli yönü: beden eğitimi.

Şiddetli PT'ye ihtiyacım vardı ama tendonlarım hala o kadar kötü ağrıyordu ki aylarca koşamadım. Sayfalar takvimden uçuyordu. Daha çok çalışmam ve mümkün olan en güçlü koşucu olmam gerekiyordu ve umduğum gibi antrenman yapamamak kendime olan güvenimi sarstı. Artı, iş yerinde kendimi neye bulaştırdığımla ilgili sözler yayılmıştı ve bu arada SEAL arkadaşlarımdan biraz destek almıştım. Özellikle hala koşamadığımı öğrenince olumsuzluklardan ben de nasibini aldım. Ama bu yeni bir şey değildi.

Kim sadece arkadaşlarının, iş arkadaşlarının ya da aile bokunun her yeri kaplayabileceği bir olasılığı kendileri için hayal etmemiştir ki? Çoğumuz, etrafımızdakiler bize tehlikeyi, dezavantajı, kendi sınırlarımızı ve bizden önce bunu başaramayan tüm insanları

hatırlatana kadar hayallerimizin peşinden gitmek için her şeyi yapmak için cehennem gibi motive oluyoruz. Bazen tavsiye iyi niyetli bir yerden gelir. Bunu gerçekten bizim iyiliğimiz için yaptıklarına inanıyorlar ama izin verirseniz, aynı insanlar sizi hayallerinizden vazgeçirecek ve valiniz bunu yapmalarına yardım edecek.

Kurabiye Kavanozunu icat etmemin bir nedeni de bu. Elimizden gelenin en iyisini yaptığımızda bize kim olduğumuzu sürekli hatırlatan bir sistem oluşturmalıyız, çünkü düştüğümüzde hayat bizi kaldırmayacak. Yolda çatallar olacak. Sırtınızda bıçaklar, tırmanılacak dağlar ve biz sadece kendimiz için yarattığımız imaja göre yaşayabiliriz.

Kendini hazırla!

Hayatın zor olabileceğini biliyoruz ama yine de adil olmadığında kendimiz için üzülüyoruz. Bu noktadan itibaren, aşağıdakileri Goggins'in kanunları olarak kabul edin:

Sizinle dalga geçilecek

Kendinizi güvensiz hissedeceksiniz.

Her zaman en iyisi olmayabilirsin.

Belirli bir durumda tek siyah, beyaz, Asyalı, Latin, kadın, erkek, gey, lezbiyen siz olabilirsiniz.

Kendinizi yalnız hissettiğiniz zamanlar olacaktır.

SALLA BUNLARI!

Zihnimiz çok güçlü, en güçlü silahımız onlar ama biz onları kullanmayı bıraktık. Bugün her zamankinden çok daha fazla kaynağa erişimimiz var ve yine de bizden öncekilere göre çok daha az yetenekliyiz. Sürekli yumuşayan toplumumuzda bu eğilimlere meydan okuyan birkaç kişiden biri olmak istiyorsanız, kendinizle savaşmaya ve açık fikirli olmayı gerektiren yepyeni bir kimlik yaratmaya istekli olmalısınız.

Komik, açık fikirli olmak genellikle yeni çağ veya yumuşak olarak etiketlenir. Siktir et. Bir yol bulacak kadar açık fikirli olmak eski usul. Knuckle dragger'ların yaptığı şey bu. Ve ben de tam olarak bunu yaptım.

Arkadaşım Stokes'ın bisikletini ödünç aldım (o da 235. Sınıftan mezun oldu) ve işe koşmak yerine her gün oraya gidip geldim. Yepyeni SEAL Team Five spor salonunda eliptik bir antrenör vardı ve ben beş kat kıyafetle günde bir ve bazen iki kez vurdum! Death Valley sıcağı beni çok korkuttu, ben de onu simüle ettim. Hepsi bir Gore-Tex kabuğuna kapatılmış üç veya dört çift eşofman altı, birkaç sweatshirt, bir kapüşonlu ve bir polar şapka giydim.

Eliptikte iki dakika geçirdikten sonra kalp atışım 170'e ulaştı ve her seferinde iki saat bu hızda kaldım. Ondan önce veya sonra kürek makinesine atlar ve yaklaşık yirmi mil olan 30.000 metre hızla giderdim. On ya da yirmi dakika hiçbir şey yapmadım. Tüm zihniyetim ultra idi. Bu olmak zorunda. Daha sonra, sanki onları nehirde ıslatmışım gibi, kıyafetlerimi sıkarken görüldüm. Adamların

çoğu kafayı yediğimi düşündü ama eski BUD/S hocam SBG buna bayılmıştı.

O bahar, Niland, California'daki üssümüzde SEAL'ler için kara savaşı eğitmeni olarak görevlendirildim; karavan parkları işsiz meth kafalarıyla dolup taşan Güney Kaliforniya çölünün zavallı bir parçası. Meksika sınırından altmış mil uzakta bir iç su kütlesi olan Salton Denizi'ndeki dağılmakta olan yerleşim yerlerinden süzülen uyuşturulmuş serseriler, tek komşumuzdu. On millik bir yoldayken sokakta yanlarından ne zaman geçsem, bana hız katan vizyon arayışlarından birinden gerçek dünyaya dönüşmüş bir uzaylıymışım gibi bakıyorlardı. Sonra yine, üç kat giysi ve en yüksek yüz derece sıcaklıkta bir Gore-Tex ceket giymiştim. Gerçekten de çok ötelerden şeytani bir haberci gibi görünüyordum! O zamana kadar yaralarım idare edilebilir hale gelmişti ve her seferinde on mil koştum, sonra Niland çevresindeki tepelerde elli kiloluk bir sırtın ağırlığıyla saatlerce yürüdüm.

Eğittiğim Ekiptekiler de beni bir uzaylı olarak görüyorlardı ve birkaçı benden meth kafalardan daha çok korkuyordu. Savaşın bir oyun olmadığı diğer çöldeki savaş alanında başıma bir şey geldiğini düşündüler. Bilmedikleri şey benim için savaş alanıydı, kendi zihnimdi.

Antrenman yapmak için Ölüm Vadisi'ne geri döndüm ve sauna kıyafetiyle on millik bir koşu yaptım. O orospu çocuğu çok ateşliydi ama önümde dünyanın en zor yarışı vardı ve yüz mili iki kez koşmuştum. Bunun nasıl hissettirdiğini biliyordum. Ve otuz beş mil daha kat etmek zorunda olma ihtimali beni korkuttu. Elbette, iyi bir oyun konuştum, her türlü güveni yansıttım ve on binlerce dolar topladım, ancak bir parçam yarışı bitirmek için gerekenlere sahip olup

olmadığımı bilmiyordu, bu yüzden vermek için barbarca PT icat etmek zorunda kaldım.

Yapayalnızken kendinizi zorlamak çok fazla irade gerektirir. Günün benim için ne getireceğini bilerek sabah kalkmaktan nefret ediyordum. Çok yalnızdım ama Badwater parkurunda acının dayanılmaz hale geleceği ve dayanılmaz hissedeceğim bir noktaya geleceğimi biliyordum. Belki elli ya da altmış milde olacaktı, belki daha sonra, ama öyle bir an gelirdi ki pes etmek isterdim ve oyunda kalmak ve bilgilerime erişmek için bir saniyelik kararları öldürebilmem gerekirdi. Yüzde 60 kullanılmadı.

Isı eğitiminin tüm yalnız saatlerinde. Bırakan zihni incelemeye başladım ve mutlak potansiyelime yakın bir performans sergileyecek ve Warrior Foundation'ı gururlandıracaksam, ortaya çıkan basit soruları yanıtlamaktan daha fazlasını yapmam gerektiğini fark ettim. Herhangi bir çekiş kazanmadan önce vazgeçen zihni bastırmam gerekirdi. Kendime hiç sormadan önce. "Neden?" Vücudumun söylediğine rağmen acıya karşı bağışık olduğum konusunda beni ikna etmesi için Kurabiye Kavanozumu hatırlamam gerekirdi.

Çünkü kimse bir ultra yarıştan veya Cehennem Haftası'ndan bir anda vazgeçemez. İnsanlar bırakma kararını zili çalmadan saatler önce veriyorlar, bu yüzden o duruma düşmeden çok önce bir çıkış yolu arama dürtüsüne kısa devre yapmak için bedenimin ve zihnimin iflas etmeye başladığını anlayacak kadar orada bulunmam gerekiyordu. Ölümcül huni San Diego One Day'de yaptığım gibi acıyı görmezden gelmek ya da gerçeği engellemek bu sefer işe yaramaz ve yüzde 100'ünüzün peşindeyseniz, zayıf yönlerinizi ve savunmasızlıklarınızı kataloglamalısınız. Onları görmezden gelme. Onlar için hazırlıklı olun, çünkü herhangi bir dayanıklılık durumunda,

Herhangi bir yüksek stresli ortamda, zayıflıklarınız kötü karma gibi yüzeye çıkacak, hacim oluşturacak ve sizi bunaltacaktır. Önce onların önüne geçmedikçe.

Bu, bir tanıma ve görselleştirme alıştırmasıdır. Yapmak üzere olduğunuz şeyin farkına varmalı, bu konuda hoşlanmadığınız şeyleri vurgulamalı ve yapabileceğiniz her engeli görselleştirmek için zaman harcamalısınız. Sıcaktan korkuyordum, bu yüzden Badwater'a yaklaşırken, eğitim seansları kılığına girmiş yeni ve daha ortaçağ kendi kendine işkence ritüelleri hayal ettim (ya da belki tam tersiydi). Kendime acıya karşı bağışıklığım olduğunu söyledim ama bu, acıya karşı bağışık olduğum anlamına gelmiyordu. Herkes gibi ben de incindim, ama beni raydan çıkarmaması için kendi yolumu bulmaya kararlıydım. Sabah 6'da Badwater'da sıraya girdiğimde. 22 Temmuz 2006'da valiliğimi yüzde 80'e çıkardım. Altı ayda tavanımı iki katına çıkardım ve bu bana neyi garanti etti biliyor musunuz?

Lanet olası pislik.

Badwater'ın kademeli bir başlangıcı var. Çaylaklar sabah 6'da başladı, kıdemli koşucular sabah 8'de start aldı ve gerçek yarışmacılar sabah 10'a kadar havalanamadı, bu da onları en yüksek ısı için Ölüm Vadisi'ne soktu. Chris Kostman çok komik bir orospu çocuğuydu. Ama sert bir orospu çocuğuna ciddi bir taktiksel avantaj sağladığının farkında değildi. Ben değilim. Akos Konya'dan bahsediyorum.

Akos ve ben önceki gece tüm sporcuların kaldığı Furnace Creek Inn'de buluştuk. O da bir ilkti ve birbirimizi son gördüğümüzden beri çok daha iyi görünüyordu. Hurt 100'deki sorunlarına rağmen (bu arada 35 saat 17 dakikada bitirdi), Akos'un bir aygır olduğunu biliyordum ve ikimiz de birinci grupta olduğumuz için beni çölde gezdirmesine izin verdim. Kötü Çağrı!

İlk on yedi mil boyunca yan yanaydık ve tuhaf bir çift gibi görünüyorduk. Akos, 1.67 boyunda, 50 kiloluk bir Macar.

1.89 boyunda, 88 kilo ile sahadaki en iri adam bendim ve aynı zamanda tek siyah adamdım. Akos sponsor oldu ve renkli, markalı bir kıyafet giydi. Tom grisi bir atlet, siyah koşu şortu ve aerodinamik Oakley güneş gözlüğü taktım. Ayaklarım ve bileklerim kompresyon bandıyla sarılıydı ve eski ama yine de esnek koşu ayakkabılarına tıkılmıştı. Navy SEAL teçhizatı veya Warrior Foundation giymedim

Kıyafet Gizli kalmayı tercih ettim. Yeni bir acı dünyasına süzülen gölge figürüydüm.

Akos hızlı bir adım atsa da, kısmen erken olduğu ve çok iyi ısı eğitimi aldığım için sıcak beni rahatsız etmedi. Sabah 6 grubunda açık ara en iyi iki koşucuyduk ve sabah 8: 40'ta Furnace Creek Inn'i geçtiğimizde, sabah 10'daki gruptaki koşuculardan bazıları dışarıdaydı, Badwater'ın son şampiyonu Scott Jarek de dahil rekor sahibi ve bir ultra efsane. Harika zaman geçirdiğimizi biliyor olmalı, ama en çetin rekabetini bir an için gördüğünün farkında olduğundan emin değilim.

Çok geçmeden Akos yirmi altı milde aramıza biraz mesafe koydu. Bir kez daha çok hızlı gittiğimi fark etmeye başladım. Başım dönüyordu ve başım dönüyordu ve GI sorunlarıyla uğraşıyordum. Tercüme: Yolun kenarına sıçmak zorunda kaldım. Bunların hepsi ciddi şekilde susuz kalmamdan kaynaklanıyordu. Zihnim korkunç prognoz üstüne prognozla döndü, Peş peşe pes etmek için bahaneler birikti. Dinlemedim Susuzluk sorunumla ilgilenerek ve istediğimden daha fazla su dökerek cevap verdim.

Akos'tan tam bir saat sonra, saat 13:31'de kırk iki milde Soba Borusu Kuyuları kontrol noktasından geçtim. Yedi buçuk saatten fazla bir süredir yarış pistindeydim ve o zamana kadar neredeyse sadece yürüyordum. Ayaklarımın üzerinde Ölüm Vadisi'nden geçebildiğim için gurur duyuyordum. Ara verdim, uygun bir banyoya gittim ve kıyafetlerimi değiştirdim. Ayaklarım beklediğimden daha fazla şişmişti ve sağ ayak başparmağım saatlerdir ayakkabının kenarına sürtüyordu, bu yüzden durmak tatlı bir rahatlama gibi geldi. Sol ayağımın yan tarafında bir kan kabarcığının açıldığını hissettim ama ayakkabılarımı çıkarmamam gerektiğini biliyordum.

Sporcular ayakkabılarını Badwater'ı çalıştırmak için boyutlandırıyorlar ve o zaman bile şişmeye yer açmak ve sürtünmeyi en aza indirmek için ayak başparmağı yan panelini kesiyorlar. Yapmadım ve önümde doksan mil daha vardı.

4.850 fitte Towne Pass'a giden on sekiz millik tırmanışın tamamını yükselttim. Tahmin ettiğim gibi geçidin zirvesine çıktığımda güneş battı, hava soğudu ve ben başka bir katman çektim. Askerde her zaman beklentilerimizin seviyesine çıkamadığımızı söyleriz, eğitim seviyemize düşeriz ve ben havlayarak dolambaçlı otoyolda yürürken. Niland çevresindeki çölde uzun yürüyüşlerimde bulduğum aynı ritme kapıldım. Koşmuyordum ama güçlü bir tempo tuttum ve çok yer kapladım.

Senaryoma sadık kaldım, dokuz millik inişin tamamını koştum ve bedelini dörtlülerim ödedi. Sol ayağım da öyle. Blisterim her dakika büyüyordu. Sıcak hava balonu durumuna yaklaştığını hissedebiliyordum. Keşke eski bir çizgi film gibi ayakkabımın içinden fırlasa ve beni bulutların arasına alıp Whitney Dağı'nın zirvesine bırakana kadar genişlemeye devam etse.

Böyle bir şans yok. Yürümeye devam ettim ve diğerlerinin yanı sıra eşim (Kate ekip şefiydi) ve annemin de dahil olduğu ekibim dışında kimseyi görmedim. Yıldız ışığıyla parıldayan siyah kubbeli bir gökyüzünün altında yürüyen sonsuz bir koşuşturma içindeydim. O kadar uzun süredir yürüyordum ki her an bir koşucu sürüsünün ortaya çıkıp beni arkalarında bırakmasını bekliyordum. Ama kimse göstermedi. Acı gezegenindeki yaşamın tek kanıtı, kendi sıcak nefesimin ritmi, çizgi film kabarcıkımın yanması ve Califomia gecesinde patikalarda parıldayan uzun farlar ve trafiğe çıkanların kırmızı arka lambalarıydı. Yani, güneş yükselmeye hazır olana ve nihayet 110 mile bir sürü gelene kadar.

O zamana kadar bitkin ve susuz kalmıştım; İki, on ve on beş olan dört oldu. Kanatlarını tenime vurdular, baldırlarımı ısırdılar ve kulaklarıma girdiler. Bu bok İncil'e aitti ve bu benim son sınavımdı. Mürettebatım sırayla bir havluyla cildimdeki sinekleri ezdi. Zaten kişisel en iyi bölgedeydim. Yürüyerek 110 milden fazla yol kat etmiştim ve "yalnızca" yirmi beş mil kala bu şeytan sineklerinin beni durdurmasının hiçbir yolu yoktu. Yaparlar mı? Yürümeye devam ettim ve ekibim sonraki sekiz mil boyunca sinekleri ezmeye devam etti!

Akos'un on yedi milden sonra benden kaçmasını izlediğimden beri, Kate yanıma gelene kadar 122. Mile kadar başka bir Badwater koşucusu görmemiştim.

"Scott Jurek iki mil arkanda," dedi.

Yarışa yirmi altı saatten fazla kalmıştık ve Akos çoktan yarışı bitirmişti ama Jurek'in şimdi beni yakalaması, zamanımın oldukça iyi olduğu anlamına geliyordu. Çok fazla koşmamıştım ama tüm bu Niland sırtları, yürüyüş adımlarımı hızlı ve güçlü kıldı. On beş dakikalık mil yürüyüş yapabildim ve zaman kazanmak için hareket

halindeyken beslenmemi sağladım. Her şey bittikten sonra, tüm yarışmacıların bölmelerini ve bitiş sürelerini incelediğimde, en büyük korkumun, sıcaklığın aslında bana yardımcı olduğunu fark ettim. Büyük ekolayzırdı. Hızlı koşucuları yavaşlattı.

Jurek ile avda. Whitney Portal Road'a dönüp on üç millik son tırmanışa başladığımda sahip olduğum her şeyi vermek için ilham aldım, yokuşlarda yürümek ve yol bir yılan gibi kayarak geri dönerken düzlüklerde koşmak için yarış öncesi stratejime parladım. Bulutların içine Jurek peşimde değildi ama peşimdeydi. Akos yirmi beş saat elli sekiz dakikada bitirmişti ve Jurek o gün elinden gelenin en iyisini yapmamıştı. Badwater şampiyonu olarak tekrar etme çabasıyla zaman azalıyordu, ancak Akos'un zamanını önceden bilmenin taktiksel avantajına sahipti. Ayrılıklarını da biliyordu. Akos'un böyle bir lüksü yoktu ve otoyolda bir yerde otuz dakikalık bir şekerleme için durmuştu.

Jurek yalnız değildi. Kendi başına zorlu bir koşucu olan bir temposu vardı.

Topuklarını kıstıran Dusty Olson adında. Olson'ın yarışın en az yetmiş milini kendisinin koştuğu söylendi. Arkadan yaklaştıklarını duydum ve yol geri döndüğünde onları altımda görebiliyordum. Sonunda, 128 milde, tüm bu berbat yarıştaki en dik yolun en dik kısmında, tam arkamdaydılar. Koşmayı bıraktım, yoldan çekildim ve onları neşelendirdim. Jurek, o noktada tarihin en hızlı ultra koşucusuydu, ancak hızı değildi.

Oyunun bu kadar geç saatlerinde elektrik. Tutarlıydı. Güçlüyü yere serdi.

Her kasıtlı adımla dağ. Siyah koşu şortu giymişti, mavi

Kolsuz gömlek ve beyaz beyzbol şapkası. Onun arkasında. Olson uzun zaman geçirdi,

Omuz hizasındaki saçları bir bandana ile çevrelenmişti, bunun dışında üniformaları aynıydı. Jurek katırdı ve Olson ona biniyordu.

“Hadi Jurker! Hadi Jurker! Bu senin yarışın.” Olson beni geçerken dedi. “Kimse senden daha iyi değil! Hiç kimse!” Olson önden koşarken konuşmaya devam etti ve Jurek’e verecek daha çok şeyi olduğunu hatırlattı. Jurek buna mecbur kaldı ve dağa hücum etmeye devam etti. Her şeyi o acımasız asfaltta bıraktı. İzlemesi inanılmazdı.

Jurek, Badwater’ın 2006 baskısını yirmi beş saat kırk bir dakikada bitirdiğinde, güç uykusundan pişman olmuş olması gereken Akos’tan on yedi dakika daha hızlı bitirdiğinde yaralandı, ama bu benim endişem değildi. Bitirmem gereken bir yarışım vardı.

Whimney Portal Yolu, sedir ve çam ağaçlarının bir araya toplandığı meşcerelerde gölge bulmadan önce on mil boyunca kavrulmuş, açıkta kalmış bir kaya yamacına kıvrılıyor. Jurek ve ekibinin verdiği enerjiyle, son yedi milin çoğunu koştum. Bacaklarımı öne doğru itmek için kalçalarımı kullandım ve her adım ıstırap vericiydi ama otuz saat sonra,

On sekiz dakika ve elli dört saniye koşma, yürüyüş, terleme ve

Acı çekerken, küçük bir kalabalığın tezahüratları için kaseti çektim.

135 mil boyunca zihinsel olarak ilerlemem gerekti, ama

O gün doksan koşucu yarıştı ve ben beşinci oldum.

Akos 2’nci olmuştu.

Kate ayakkabılarımın bağcıklarını çözerken, ormandaki çimenli bir bayıra doğru güçlükle ilerledim ve çam iğnelerinden oluşan bir yatağa uzandım. O kabarcık sol ayağımı tamamen kolonize etmişti. O kadar büyüktü ki altıncı parmağa benziyordu, rengi ve dokusu vişneli sakızın. Ayaklarımdan kompresyon bandını çıkarırken ona hayret

ettim. Sonra Kostman'dan madalyamı almak için sendeleyerek sahneye çıktım. Dünya gezegenindeki en zor yarışlardan birini yeni bitirmiştim. O anı en az on kez gözümde canlandırmıştım ve mutlu olacağımı düşünmüştüm ama değildim

Yarıştan sonra David Goggins'in ayağı.

Bana madalyamı verdi, elimi sıktı ve kalabalık için benimle röportaj yaptı ama ben sadece yarısı oradaydım. O konuşurken. Son tırmanışa ve görüntünün gerçek dışı olduğu 8.000 fitin üzerindeki bir geçişe parladım. Ölüm Vadisi'ne kadar olan yolu görebiliyordum, Başka bir korkunç yolculuğun sonuna doğru, nereden geldiğimi görmeliyim. Çarpık hayatım için mükemmel bir metafordu. Bir kez daha yirmi farklı şekilde kırıldım, yok edildim ama başka bir evrimden geçmiştim. Başka bir pota ve ödülüm bir madalyadan ve Kostman'ın mikrofonuyla birkaç dakikadan çok daha fazlasıydı.

Tamamen yeni bir bardı.

Gözlerimi kapadım ve Jurek ile Olson'ı, Akos ile Karl Meltzer'i gördüm. Hepsinde bende olmayan bir şey vardı. Her damlasını nasıl tüketeceklerini anladılar ve kendilerini dünyanın en zorlu yarışlarını kazanacak bir konuma getirdiler ve bu duyguyu kendim için aramanın zamanı gelmişti. Deli gibi hazırlandım. Kendimi ve araziyi biliyordum. Vazgeçenlerin önünde kaldım, basit soruları yanıtladım ve yarışta kaldım ama daha yapılacak çok şey vardı. Hala yükselebileceğim daha yüksek bir yer vardı. Serin bir esinti ağaçları hışırdatıyor, derimdeki teri kurutuyor ve ağrıyan kemiklerimi yatıştırıyordu. Kulağıma fısıldadı ve beynimde durmayan bir davul sesi gibi yankılanan bir sırrı paylaştı.

Bitiş çizgisi yok, Goggins. Bitiş çizgisi yok.

GÖREV 7

Bu bölümdeki asıl amaç yavaş yavaş beynindeki yöneticiyi çıkarmaya başlamaktır.

İlk olarak, sana bu sürecin nasıl çalıştığına dair hızlı bir hatırlatma yapayım

1999'da 135 kiloyken ilk koşum çeyrek mildi.

2007'de ise, durmadan otuz dokuz saatte 205 mil koştum.

Oraya bir gecede gelmedim ve senin de gelmeni beklemiyorum. Yapmanı istediğim, durma noktanızı geçmektir.

İster bir koşu bandında koşuyor, ister şınav çekiyor ol, öyle bir noktaya gel ki, zihnin durmak için yalvaracak kadar yorgun ve acı içinde olsun.

Sonra sadece yüzde 5 ila 10 daha ileri it.

Şimdiye kadar yaptığın en fazla şınav sayısı bir antrenmanda yüz ise, 105 veya 110 yap.

Normalde her hafta otuz mil koşuyorsan, gelecek hafta yüzde 10 daha fazla koş.

Bu kademeli artış, yaralanmayı önlemeye yardımcı olacak ve vücudunun ve zihninizin yeni iş yükünüze yavaş yavaş uyum sağlamasına izin verecektir.

Aynı zamanda temel seviyenizi de sıfırlar, bu önemlidir çünkü iş yükünü bir sonraki hafta ve ondan sonraki hafta yüzde 5 ila 10 daha artırmak üzeresiniz.

Fiziksel zorlukların içerdiği o kadar çok acı ve ıstırap vardır ki, iç diyalogununun kontrolünü ele almak için en iyi eğitimdir.

Ve kendini fiziksel olarak zorlamaya devam ederek kazandığınız yeni keşfedilen zihinsel güç ve güven, hayatınızın diğer yönlerine de taşınacaktır.

Fiziksel zorluklarınızda düşük performans gösteriyorsan, okulda ve işte de düşük performans gösterme şansının yüksek olduğunu fark edeceksin.

Sonuç olarak, hayat büyük bir akıl oyunudur.

Karşı oynadığınız tek kişi kendinizsiniz.

Bu sürece devam et ve yakında imkansız olduğunu düşündüğün şey hayatının her gününde yaptığın bir şey olacak.

BÖLÜM 8

YETENEK ŞART DEĞİLDİR

HAYATIMDAKİ İLK UZUN MESAFE TRİATLONU'NDAN ÖNCEKİ GECE, annemle birlikte Kona'da yedi milyon dolarlık geniş bir sahil evinin güvertesinde durup ay ışığının suda oynamasını seyrettim. Çoğu kişi, Hawaii adasının batı kıyısındaki muhteşem bir kasaba olan Kona'yı ve genel olarak triatlonları Ironman Dünya Şampiyonası sayesinde bilir.

Dünyada Ironman etkinliklerinden çok daha fazla Olimpik mesafe ve daha kısa sprint triatlonları olmasına rağmen, sporu uluslararası radara yerleştiren Kona'daki orijinal Ironman'dı. 2,4 mil yüzme ile başlar, ardından 112 mil bisiklet sürer ve bir maraton koşusu ile sona erer. Buna sert ve değişken rüzgarları ve sert lav alanlarının yansıttığı kavurucu ısı koridorlarını ekleyin ve yarış çoğu yarışmacıyı ham ıstırabın kabarcıklarını açmaya indirger, ama ben bunun için burada değildim. Kona'ya daha az bilinen, daha yoğun bir mazoşizmle rekabet etmek için geldim. Ultraman unvanı için yarışmak için oradaydım.

Sonraki üç gün boyunca 6,2 mil yüzer, 261 mil sürer ve Büyük Hawaii Adası'nın tüm çevresini kapsayan bir çift maraton koşardım. Bir kez daha Özel Harekat Savaşçıları Vakfı için para topluyordum ve Badwater'dan sonra yazıldığım ve kamera karşısında röportaj

yaptığım için, hiç tanışmadığım bir multi-milyoner tarafından onun saçma sapan sarayında kalmam için davet edildim.

Cömert bir jestti ama kendimin en iyi versiyonu olmaya o kadar odaklanmıştım ki onun ışıltısı beni etkilemedi. Aklımda, hala bir bok başarmamıştım. Aksine, onun evinde kalmak sadece omzumdaki çipi şişirdi. Haydut olmak isteyen kıçımı asla sakinleşmeye davet etmezdi.

Sadece onun gibi zengin bir adamın tanımak isteyeceği biri olduğum için bana ulaştı. Yine de anneme daha iyi bir hayat gösterebildiğim için minnettardım ve ne zaman bana bir tat teklif edilse, onu benimle deneyimlemesi için davet ettim. Tanıdığım herkesten daha fazla acıyı yutmuştu ve ben de kendi bakışlarımı kanalizasyon hizasına kilitlerken ona o oluktan çıktığımızı hatırlatmak istedim. Artık Brezilya'da ayda 7 dolarlık o yerde yaşamıyorduk ama o orospu çocuğuna hala kira ödüyordum ve hayatımın geri kalanında da öyle kalacak.

Yarış, Kona şehir merkezindeki iskelenin yanındaki sahilden başladı – Ironman Dünya Şampiyonası ile aynı başlangıç çizgisi, ancak yarışımız için fazla bir kalabalık yoktu. Demir Adam'daki 1.200'den fazla sporcuya kıyasla tüm sahada sadece otuz sporcu vardı! O kadar küçük bir gruptu ki, rakiplerimin her birinin gözlerinin içine bakabilir ve onları ölçebilirdim, bu yüzden sahildeki en sert adamı fark ettim. Adını hiç anlayamadım ama tekerlekli sandalyede olduğu için onu hep hatırlayacağım.

Muazzamdı!

BUD/S'ye başladığımdan beri, böyle insanları arıyordum. Alışılmadık bir düşünce tarzına sahip erkekler ve kadınlar. Askeri özel harekatlarla ilgili beni şaşırtan bir şey, bazı adamların bu kadar yaygın

yaşamasıydı. Hayatlarının her gününde kendilerini zorlamaya çalışmıyorlardı ve ben sadece görev çağrıldığında değil, 7 gün 24 saat sıra dışı düşünen ve eğitim veren insanların yanında olmak istedim. O adamın evinde olmak için dünyada her türlü mazereti vardı ama o, halkın yüzde 99,9'unun aklına bile gelmeyecek, hem de sadece iki koluyla, dünyanın en zor etap yarışlarından birini yapmaya hazırdı! Benim için o, ultra yarışın konusuydu ve Badwater'dan sonra bu dünyaya bağlanmamın nedeni buydu. Bu spor için yetenek gerekmiyordu. Her şey yürek ve çok çalışmakla ilgiliydi ve her zaman daha fazlasını talep ederek, amansız mücadeleden sonra amansız zorluklar getirdi.

Ancak bu, bu yarış için iyi hazırlanmış olduğum anlamına gelmiyor. Hala bir bisikletim yoktu. Üç hafta önce başka bir arkadaşımdan ödünç aldım. Bu bir Griffin'di, benden bile daha iri olan arkadaşım için özel olarak yapılmış son teknoloji bir bisikletti. Onun klipsli ayakkabılarını da ödünç aldım.

Bisikleti yeni ödünç aldım ve Ultraman'dan önceki üç hafta içinde 1.000 milin üzerinde giriş yaptım. Sabah 4'te uyanır ve işe gitmeden önce yüz millik yolculuklar yapardım. Hafta sonları 125 mil sürer, bisikletten iner ve bir maraton koşardım, ancak sadece altı antrenman yüzdüm, sadece ikisi açık suda ve ultra sekizgende tüm zayıflıklarınız ortaya çıktı.

On kilometrelik yüzmeyi tamamlamam yaklaşık iki buçuk saatimi almalıydı ama üçten fazla sürdü ve canımı yaktı. Yüzerlik için kolsuz bir dalgıç giysisi giymiştim ama koltuk altlarım çok dardı ve otuz dakika içinde koltuk altlarım sürtünmeye başladı. Bir saat sonra takım elbisemin tuzlu kenarları her vuruşta derimi parçalayan bir zımpara kağıdına dönüşmüştü.

Serbest stilden yandan vuruşa geçtim ve asla gelmeyen rahatlık için çaresizce geri döndüm. Kollarımın her dönüşü derimi her iki tarafımdan da kanlı bir şekilde kesiyordu.

Ayrıca deniz çok dalgalıydı, deniz suyu içtim, midem temiz havada boğulan bir balık gibi açılıp kapandı ve en az yarım düzine kez kustum. Ağrı, zavallı teknisyenlerim ve güçlü akıntı nedeniyle, yedi buçuk millik bir kıvrımlı çizgide yüzdüm. Bunların hepsi, 62 millik bir yüzme olması gereken şeyi temizlemek için. Sendeleyerek kıyıya çıktığımda bacaklarım jöle gibiydi ve görüşüm bir deprem sırasında sallanan bir sallanan gibi sallandı. Uzanmak zorunda kaldım, sonra tekrar kustuğum banyoların arkasına süründüm. Diğer yüzücüler geçiş alanında toplandı.

Gün bitmeden bitirmemiz gereken doksan millik bir bisiklet yolculuğumuz vardı ve ben hala dizlerimin üzerindeyken onlar bunun peşinden gidiyorlardı. Tam zamanında, bu basit sorular yüzeye çıktı.

Ben neden buradayım ki?

Ben triatlet değilim!

Canım cehenneme, hastayım ve yolculuğun ilk kısmı tamamen yokuş yukarı! Bunu neden kendine yapıyorsun, Goggins?

Mızmız bir orospu gibiydim ama biraz rahatlık bulmanın vajinamı kıstırmama yardımcı olacağını biliyordum, bu yüzden geçişlerini kolaylaştıran diğer sporculara aldırış etmedim. Bacaklarımı altıma almaya ve savrulan zihnimi yavaşlatmaya odaklanmam gerekiyordu.

Önce azar azar biraz yiyecek aldım. Ardından koltuk altlarımdaki kesikleri tedavi ettim. Çoğu triatlet kıyafetlerini değiştirmez. Yaptım. Rahat bir bisiklet şortu ve likralı bir gömlek giydim ve on beş dakika sonra dimdik, eyerde ve lav tarlalarına tırmanıyordum. İlk yirmi dakika midem hâlâ bulanıyordu. Pedal çevirdim ve kustum, sıvılarımı doldurdum ve tekrar kustum. Her şeye rağmen kendime bir iş verdim: mücadelede kal! İçinde tutunacak bir yer bulana kadar yeterince uzun süre kal.

On mil sonra, yol dev bir volkanın sırtlarına doğru yükselirken ve eğim artarken, denizdeki bacaklarımı silkeleyip ivme kazandım. Biniciler, bir radardaki öcüler gibi önde göründüler ve ben onları birer birer yakaladım. Zafer her derde devaydı. Ne zaman başka bir piç kurusunun yanından geçsem, gitgide daha az hasta oluyordum. Eyere bindiğimde on dördüncü sıradaydım ama o doksan millik etabın sonuna yaklaştığımda önümde sadece bir adam vardı. Gary Wang, yarışın favorisi.

Bitiş çizgisine doğru ilerlerken, Triathlete dergisinden bir muhabir ve fotoğrafçının onunla röportaj yaptığını görebildim. Hiçbiri kara kıçımı görmeyi beklemiyordu ve hepsi beni dikkatle izliyordu. Badwater'dan bu yana geçen dört ay boyunca, Gary'nin ve o muhabirlerin yanından geçerken sık sık bir ultra yarışı kazanma pozisyonunda olmayı hayal ederdim. Anın geldiğini biliyordum ve beklentilerim galaksiler arasıydı.

Ertesi sabah, ikinci etap için sıraya girdik, dağların arasından 171 millik bir bisiklet yolculuğu ve batı kıyısına geri döndük. Gary Wang'ın yarışta bir arkadaşı vardı, Jeff Landauer, namı diğer Land Shark ve bu ikisi birlikte sürdü. Gary yarışı daha önce yapmıştı ve araziyi biliyordu. Yapmadım ve yüz mil kadar, liderliğimden yaklaşık altı dakika uzaktaydım.

Her zamanki gibi annem ve Kate benim iki başlı destek ekibimdi. Yolun kenarından bana yedek su şişeleri, GU paketleri ve glikojen ve elektrolit seviyelerimi yüksek tutmak için hareket halindeyken tükettiğim protein içecekleri verdiler. San Diego'daki Myoplex ve Ritz krakerinin erimesinden bu yana beslenmem konusunda çok daha bilimsel hale gelmiştim ve günün en büyük tırmanışı yaklaşırken kükremeye hazır olmam gerekiyordu. Bisiklette dağlar acı verir ve benim işim acıydı. Yol ziftle doruğa çıktığında, başımı öne eğdim ve elimden geldiğince sert vurdum. Ciğerlerim tersyüz olana ve tekrar geri dönene kadar inip kalktı. Kalbim gümbür gümbür bas sesiydi. Geçidi aştığımda annem yanıma geldi ve "David, önde iki dakika geridesin!" diye bağırdı.

Anlaşıldı!

Aerodinamik bir çömelme pozisyonu aldım ve 40 milin üzerinde bir hızla yokuş aşağı ateş ettim. Ödünç aldığım Griffin'im aero barlarla donatılmıştı ve ben onların üzerine eğilerek sadece beyaz noktalı çizgiye ve mükemmel formuma odaklandım. Yol düzleştiğinde, dışarı çıktım ve hızımı 27 mil civarında tuttum. Endüstriyel boyutlu bir kancaya bir Land Shark ve arkadaşı vardı ve onları sonuna kadar sarsıyordum.

Ta ki ön lastiğim patlayana kadar.

Tepki vermeye vakit bulamadan bisikletten indim ve gidonun üzerinden boşluğa takla attım. Bunun ağır çekimde gerçekleştiğini görebiliyordum ama kaza yaptığımda sağ tarafıma düştüm ve omzum ani bir güçle buruştu. Yüzümün yan tarafı, hareket etmeyi bırakana kadar asfaltta kaydı ve şok içinde sırt üstü yuvarlandım. Annem frene

bastı, arabadan atladı ve koştu. Beş yerimden kan akıyordu ama hiçbir yerim kırık gelmiyordu. Kırılan miğferim, paramparça olan güneş gözlüğüm ve bisikletim dışında.

Lastiği, iç lastiği ve jantı delen bir cıvatanın üzerinden geçerdim. Yoldaki kızarıklığıma, omzumdaki ağrıya ya da dirseğimden ve yanağımdan aşağı damlayan kana aldırış etmedim. Tek düşündüğüm o bisikletti. Yine hazırlıksız yakalandım! Yedek parçam yoktu ve iç lastik veya lastiğin nasıl değiştirileceğine dair hiçbir fikrim yoktu. Annemin kiralık arabasında yedek bir bisiklet kiralamıştım ama o Griffin'e kıyasla ağır, yavaş bir bok parçasıydı. Pedallarda klips bile yoktu, bu yüzden Griffin'i değerlendirmesi için resmi yarış mekaniğini aradım. Beklerken saniyeler birikerek yirmi değerli dakikaya ulaştı ve tamirciler geldiğinde ön tekerleğimi tamir edecek malzemeleri de yoktu, bu yüzden hantal yedek yedeğime atladım ve yuvarlanmaya devam ettim.

Kötü şansı ve kaçırılan fırsatları düşünmemeye çalıştım. Günün sonunda güçlü bir şekilde bitirmem ve kendimi atış mesafesine sokmam gerekiyordu çünkü üçüncü gün çifte maraton getirecekti ve sahadaki en iyi koşucu olduğuma ikna olmuştum. Bitiş çizgisinden on altı mil uzakta, bisiklet tamircisi beni takip etti. Griffin'imi tamir etmişti! Donanımımı ikinci kez değiştirdim ve sekiz dakikayı liderlere ayırdım, günü yirmi iki dakika farkla üçüncü sırada tamamladım.

Üçüncü gün için basit bir strateji hazırladım. Sert bir şekilde dışarı çıkın ve bir fa oluşturun

Gary ve Land Shark'ın üzerini yastıkla, böylece kaçınılmaz duvara çarptığımda,

Bitişe kadar genel liderliği korumak için yeterli mesafeye sahip olurdum

Astar. Başka bir deyişle, hiçbir stratejim yoktu.

Koşuma Boston Maratonu eleme hızında başladım. Çok zorladım çünkü rakiplerimin ayrılıklarımı duymasını ve beklediğim o büyük liderliği kurarken ruhlarını kaybetmelerini istedim. Bir yerde patlayacağımı biliyordum. Bu ultra hayat. Sadece, Gary ve Land Shark'ın ikinci kez yarışmaktan memnun olacakları ve genel şampiyonluğu kazanma umutlarından vazgeçecekleri yarışta yeterince geç olacağını umuyordum.

Pek öyle olmadı.

Otuz beş milde, zaten ıstırap içindeydim ve koştuğumdan daha fazla yürüyordum. Mürettebat şeflerinin şeklimi dikizleyebilmesi için her iki düşman aracının da yanaştığını millerce uzaktan izledim. Gary ve Land Shark'a cephane sağlayan bir ton zayıflık gösteriyordum. Kilometreler çok yavaş arttı. Zaman kana bulandı. Şans eseri, kırk beş milde Gary de havaya uçmuştu.

Land Shark kaya gibi sağlamdı, hâlâ kıçımın üzerindeydi ve onunla savaşacak hiçbir şeyim kalmamıştı. Bunun yerine, acı çekip Kona şehir merkezine doğru sendelerken, kurşunum buharlaştı.

Sonunda Land Shark bana çok önemli bir ders verdi. İlk günden itibaren kendi yarışını yönetmişti. Üçüncü günkü erken patlamam onu şaşırtmadı. Bunu yanlış tasarlanmış bir strateji olarak memnuniyetle

karşıladı, kendi hızına odaklandı, beni bekledi ve ruhumu aldı. O yıl Ultraman'in bitiş çizgisini geçen ilk atlet bendim ama saat açısından şampiyon değildim. Koşuda birinci olurken genel yarışı on dakika farkla kaybettim ve ikinci oldum. Land Shark, Ultraman olarak taçlandırıldı!

Kazanmak için bir fırsatı nasıl boşa harcadığımı bilerek kutlamasını izledim. Bakış açımı kaybetmiştim. Yarışı hiçbir zaman stratejik olarak değerlendirmemiştim ve yerinde herhangi bir arka durdurucu yoktu. Backstops, hayatımın her alanında kullandığım çok yönlü bir araçtır. SEAL Timleri ile Irak'ta operasyon yaptığımda lider denizciydim ve "geri döndürmez" bir navigasyon terimidir. Haritamda yaptığım işaret. Bir dönüşü kaçırdığımıza veya rotadan saptığımıza dair bir uyarı.

Diyelim ki ormanda ilerliyorsunuz ve bir sırt çizgisine doğru bir tık gitmeniz ve ardından dönüş yapmanız gerekiyor. Orduda, önceden bir harita çalışması yapar ve o dönüşü haritalarımızda işaretlerdik ve o dönüşün yaklaşık 200 metre ilerisinde başka bir noktayı ve ikinci işaretin 150 metre ötesinde üçüncü bir noktayı işaretlerdik. Bu son iki işaret sizin arka durdurucularınızdır. Tipik olarak, yollar, dereler, kırsal kesimde dev bir uçurum veya şehir ortamındaki önemli binalar gibi arazi özelliklerini kullandım, böylece onlara çarptığımızda rotamızdan çıktığımızı anladım.

Aynı görevi başarmak için geri dönmenizi, yeniden değerlendirmenizi ve alternatif bir rota izlemenizi söylemek için arka durdurucular bunun içindir. Üç çıkış stratejim olmadan Irak'taki üssümüzden asla ayrılmadım. Ana rotamız tehlikeye girerse geri dönebileceğimiz bir ana rota ve arka durduruculara sabitlenmiş diğer iki rota.

Ultraman'ın üçüncü gününde, saf irademle kazanmaya çalıştım. Tamamen motordum, zekam yoktu. Durumumu değerlendiremedim, rakiplerimin kalbine saygı duymadım ya da zamanı yeterince iyi yönetemedim. Bırakın zafere giden alternatif yolları, hiçbir birincil stratejim yoktu ve bu nedenle, geri tepmeleri nerede kullanacağım konusunda hiçbir fikrim yoktu. Geriye dönüp baktığımda kendi saatime daha çok dikkat etmeliydim ve bölünmüş zamanlarıma geri döndürmez kilitler koymalıydım.

O ilk maratonu ne kadar hızlı koşarsam, paniğe kapılır ve gazı bırakırdım. Daha yavaş bir ilk maraton, bitiş çizgisine doğru ilerleyen Ironman parkurundaki lav tarlalarına döndüğümüzde çekici bırakmam için bana yeterli enerjiyi vermiş olabilir. İşte o zaman birinin ruhunu alırsın – yarışın başında değil sonunda. Çok yarışmıştım ama daha akıllı koşsaydım ve bisiklet durumunu daha iyi idare etseydim. Kazanmak için kendime daha iyi bir şans verirdim.

Yinede ikinci olmak fena değildi ve bol bol para toplamıştım.

Deniz Özel Harp Komutanlığı'nda iki yıldızlı bir Ac olan Amiral Ed Winters ile bir toplantıya çağrıldım. Askere alınmış bir adam olduğunuzda ve bir Amiral'in bir şey söylemek istediğini duyduğunuzda, kıçınız buruşur. Beni aramaması gerekiyordu. Tuğamiraller ile benim gibi erler arasındaki konuşmaları engellemek için özel olarak bir emir komuta zinciri oluşturulmuştu. Herhangi bir uyarı olmadan pencereden dışarı çıktı ve bunun benim hatam olduğu hissine kapıldım.

Yarattığım olumlu medya sayesinde. 2007'de askere alma bölümüne katılma emri almıştım ve Amiral'in ofisine gitme emri aldığımda, Donanma SEAL'leri adına pek çok topluluk önünde konuşma yapmıştım. Ama diğer işe alım görevlilerinin çoğundan farklıydım. Donanmanın senaryosunu papağan gibi tekrarlamadım. Her zaman

kendi hayat hikayemi manşetten dahil ettim. Amiralin ofisinin önünde beklerken gözlerimi kapattım ve ne zaman ve nasıl haddimi aştığımı ve SEALS'i utandırdığımı arayarak hafıza dosyalarına göz gezdirdim. Ofisinin kapısını açtığında gergin ve tetikte oturan, üniformamın içinde terleyen gerginliğin resmiydim.

"Goggins." "Seni gördüğüme sevindim, içeri gel" dedi. Gözlerimi açtım onu içeri kadar takip etti ve bir ok gibi dimdik durdu, dikkati üzerine kilitledi. "Otur," dedi gülümseyerek ve masasının karşısındaki bir sandalyeyi işaret ederek. Oturdum ama duruşumu korudum ve tüm göz temasından kaçındım. Amiral Winters beni büyüttü.

Ellili yaşlarının sonundaydı ve rahatlamış görünmesine rağmen mükemmel duruşunu koruyordu. Amiral olmak, onbinler arasında yükselmektir. 1981'den beri SEAL'di, bir Operasyon Görevlisiydi.

DEVGRU (Deniz Özel Harp Geliştirme Grubu) ve Afganistan ve Irak'ta bir Komutan. Her durakta diğerlerinden daha uzun boylu duruyordu ve Donanmanın gördüğü en güçlü, en zeki, en kurnaz ve en karizmatik adamlardan biriydi. O da belli bir standarda uyuyor. Amiral Winters içeriden en iyi kişiydi ve ben Birleşik Devletler Donanması'nda olabileceğin kadar kutunun dışındaydım.

"Hey, sakin ol," dedi, "başın belada değil. İşe alma konusunda harika bir iş çıkarıyorsun." Tertemiz masasının üzerindeki bir dosyayı işaret etti. Kliplerimden bazılarıyla doluydu. "Bizi gerçekten iyi temsil ediyorsun. Ama dışarıda daha iyi iletişim kurmamız gereken bazı adamlar var ve yardım edebileceğini umuyorum."

İşte o zaman nihayet bana çarptı. İki yıldızlı bir Amiral'in yardımıma ihtiyacı vardı.

Bir organizasyon olarak karşılaştığımız sorunun, Afrikalı Amerikalıları SEAL Ekiplerine dahil etmekte berbat olmamız olduğunu söyledi. Bunu zaten biliyordum. Genel nüfusun yüzde 13'ü olmamıza rağmen, siyahlar tüm özel kuvvetlerin yalnızca yüzde 1'ini oluşturuyordu. BUD/S'den mezun olan sadece otuz altıncı Afrikalı Amerikalıydım ve bunun nedenlerinden biri, siyah erkekleri SEAL ekiplerine almak için en iyi yerlere gitmiyor olmamız ve doğru işe alım görevlilerine sahip olmamamızdı.

Ordu kendisini saf bir meritokrasi olarak düşünmeyi sever (değildir), bu yüzden on yıllardır bu konu göz ardı edildi. Geçenlerde Amiral Winters'ı aradım ve ikinci Bush yönetimi sırasında ilk olarak Pentagon tarafından işaretlenen ve düzeltilmesi için Amiral'in masasına gönderilen sorun hakkında bunu söyledi.

"Takımlara harika sporcular alma ve takımları daha iyi hale getirme fırsatını kaçırıyorduk," dedi ve "insanları benim gibi görünürlerse tehlikeye atılacakları yerlere göndermemiz gereken yerler vardı."

Irak'ta Amiral Winters, seçkin terörle mücadele güçleri kurarak adını duyurdu. Özel kuvvetlerin birincil görevlerinden biri de budur: müttefik askeri birimleri terörizm ve uyuşturucu kaçakçılığı gibi toplumsal kanserleri kontrol edebilmeleri ve sınırlar içinde istikrarı sağlayabilmeleri için eğitmek. 2007'ye gelindiğinde. El Kaide, Boko Haram ve El Şebab gibi mevcut aşırılık yanlısı ağlarla ittifak halinde Afrika'ya girdi ve Somali, Çad, Nijerya, Mali, Kamerun ve Burkina'da terörle mücadele güçleri oluşturmaktan söz edildi.

Faso ve Nijer. Nijer'deki operasyonlarımız, 2018 yılında dört Amerikan özel harekat askerinin pusuda öldürülmesiyle uluslararası haber oldu. Kamuoyu incelemesini göreve çekmek. Ancak 2007'de neredeyse hiç kimse Batı Afrika'ya dahil olacağımızı veya bunu yapacak personelimiz olmadığını biliyordu. Ofisinde otururken duyduğuma göre, özel kuvvetlerde siyah insanlara ihtiyaç duyduğumuz zaman nihayet gelmişti ve askeri liderlerimiz bu ihtiyacı nasıl karşılayacağımız ve daha fazla kişiyi saflara nasıl çekeceğimiz konusunda hiçbir fikri yoktu.

Hepsi benim için yeni bilgilerdi. Afrika tehdidi hakkında hiçbir şey bilmiyordum. Bildiğim tek düşmanca bölge Afganistan ve Irak'tı. Yani, Amiral Winters üzerime yepyeni bir ayrıntı atana ve ordunun sorunu resmen benim sorunum haline gelene kadar. Kaptanıma ve Amirale rapor vereceğim, dedi ve yola çıktım, POC (renkli insanlar) kategorisinde işe alma sayılarını artırmak amacıyla bir seferde on ila on iki şehri ziyaret ettim.

Bu yeni görevde ilk durağı birlikte yaptık. Washington D.C.'deki Howard Üniversitesi'ndeydi, muhtemelen Amerika'nın tarihsel olarak en iyi bilinen siyahi üniversitesiydi. Futbol takımıyla konuşmak için uğradık ve tarihsel olarak siyahi kolejler ve üniversiteler hakkında neredeyse hiçbir şey bilmeme rağmen, onlara giden öğrencilerin genellikle orduyu en uygun kariyer seçimi olarak düşünen türden olmadığını biliyordum. Ülkemizin tarihi ve bugüne kadar devam eden yaygın ırkçılık sayesinde, siyahi siyasi düşünce eğilimleri bu kurumlarda merkezde kaldı ve Donanma SEAL'leri için işe alıyorsanız, Howard Üniversitesi uygulama alanından kesinlikle daha iyi seçenekler var. İstekli bir kulak Ancak bu yeni odaklanma, kitlesel coşkuyu değil, düşman topraklarında çalışmayı gerektiriyordu. Her durakta bir iki büyük adam arıyorduk.

Amiral ve ben üniforma giyerek sahaya çıktık ve seyircilerimizin gözlerinde şüphe ve umursamazlık gördüm. Amiral Winters beni tanıştırmayı planlamıştı ama soğuk karşılamamız başka bir yoldan gitmemiz gerektiğini söyledi.

Amiral Winters, "İlk başta utangaçtınız," diye hatırladı, "ama konuşma zamanı geldiğinde bana baktınız ve 'Bunu anladım, efendim' dediniz."

Hemen hayat hikayeme başladım. O atletlere sana anlattıklarımı anlattım ve yürekli adamlar aradığımızı söyledim. Yarın ve ondan sonraki günün zor olacağını bilen ve her zorluğu memnuniyetle karşılayan adamlar. Daha iyi atletler, daha zeki ve hayatlarının her alanında daha yetenekli olmak isteyen erkekler. Onur ve amaç peşinde koşan ve en derin korkularıyla yüzleşecek kadar açık fikirli adamlar istiyorduk.

Amiral Winters, "İşiniz bittiğinde bir iğnenin düştüğünü duyabilirdiniz," diye hatırladı.

O andan itibaren, belirli işe alım eşiklerine ulaştığım sürece, kendi programımın ve bütçemin kontrolü ve çalışma alanım bana verildi. Kendi malzememi bulmam gerekiyordu ve çoğu insanın asla Navy SEAL olamayacağını düşündüğünü biliyordum, bu yüzden mesajı genişlettim. Beni duyan herkesin, bizim yönümüzde yürümeseler bile hayal ettiklerinden daha fazlası olabileceklerini bilmesini istedim. Hayatımın tamamını anlattığımdan emin oldum, böylece herhangi birinin mazereti varsa, hikayem tüm bunları geçersiz kılacaktı. Asıl dürtüm, ordu olsun ya da olmasın, açık fikirli oldukları, en az direniş yolunu terk ettikleri ve bulabilecekleri en zor ve en zorlu görevleri araştırdıkları sürece herkesin hayatını değiştirebileceğine dair umut

vermekti. Benim gibi işlenmemiş elmaslar için madencilik yapıyordum.

2007-2009 yılları arasında yılda 250 gün yollarda bulundum ve liselerde ve üniversitelerde 500.000 kişiyle konuştum. Zorlu mahallelerdeki şehir içi liselerde, düzinelerce tarihi siyahi kolej ve üniversitede ve tüm kültürlerin, şekillerin ve tonların iyi temsil edildiği okullarda konuştum. Yirmi kişilik bir sınıfın önünde ayağa kalkıp kekeme olmadan kendi adımı söyleyemediğim dördüncü sınıftan itibaren çok yol kat etmiştim.

Gençler yürüyor, saçmalık detektörlerinden bahsediyor, ancak konuştuğumu duyan çocuklar mesajıma inandılar çünkü durduğum her yerde ayrıca bir ultra yarış yaptım ve eğitim koşularımı ve yarışlarımı genel işe alma stratejime dahil ettim.

Genellikle hafta ortasında kasabalarına iner, konuşmalarımı yapar, ardından Cumartesi ve Pazar günleri yarış yapardım. 2007'de neredeyse her hafta sonu bir ultra koştum.

Tamamen sevdiğim Navy SEAL efsanesini yaymakla ilgiliydim ve gerçek olmak ve ahlakımızı yaşamak istiyordum.

Esasen, iki tam zamanlı işim vardı. Programım tıka basa doluydu ve kendi zamanımı yönetme esnekliğine sahip olmanın ultra devre için antrenman yapma ve burada rekabet etme yeteneğime katkıda bulunduğunu bilsem de, yine de yaklaşık olarak her gün çalışarak haftada elli saat çalışıyorum. 7:30 – 17:30 Eğitim saatlerim, iş taahhütlerimin yerine değil, ek olarak geldi.

Her ay kırk beşten fazla okulda göründüm ve her

Kaç tane ayrı etkinlik (oditoryum konuşması, antrenman vb.) düzenlediğimi, kaç çocukla konuştuğumu ve bunlardan kaçının gerçekten ilgilendiğini ayrıntılarıyla anlatan bir Eylem Sonrası Raporu (AAR) dosyalamak zorunda kaldım. Bu AARS doğrudan Kaptanıma ve Amirale gitti. Kendi kendimin en iyi pervanesi olduğumu çabucak öğrendim. Bazen üzerinde Üç Dişli Mızrak olan bir SEAL tişörtü giyer, bir konuşma için elli mil koşardım.

Ve sırılsıklam görünürdüm. Ya da ilk beş dakika şınav çekerdim.

Ya da sahnede bir barfiks çubuğu ile barfiks çekerdim.

Konuşmak Doğru, sosyal medyada yaptığımı gördüğün şeyler yeni değil. On bir yıldır bu hayatı yaşıyorum! Durduğum yerde. İlgilenen çocukları okuldan önce veya sonra benimle antrenman yapmaya veya ultra yarışlarımdan birinde mürettebata davet ettim.

Haber yayıldı ve çok geçmeden medya, yerel televizyon, yazılı basın ve radyo ortaya çıktı.

Özellikle bir sonraki konsere gitmek için şehirler arasında koşuyorsam. Olmak zorundaydım.

Konuşkan, bakımlı ve girdiğim yarışlarda başarılı.

Efsanevi Leadville 100 iz yarışı haftasında Colorado'ya indiğimi hatırlıyorum. Okul yılı daha yeni başlamıştı ve Denver'daki ilk gecemde, yürüyüş yapmak ve koşmak istediğim parkurlarla ilgili olarak listemdeki beş okulu haritalandırdım. Her durakta çocukları benimle antrenman yapmaya davet ederdim ama onlara günümün erken başladığını söylerdim. Sabah saat 3'te bir parkura gider, gösteri

yapmaya cesaret eden tüm öğrencilerle buluşur ve sabah 4'te Colorado'nun 14.000 fitin üzerindeki elli sekiz zirvesinden birine güç yürüyüşü yapmaya başlardık. Sonra dörtlülerimizi güçlendirmek için dağdan aşağı koşardık. Sabah 9'da başka bir okula çarptım, sonra bir tane daha. Zil çaldıktan sonra futbolla çalıştım.

Gittiğim okullarda atletizm veya yüzme takımları, ardından gün batımına kadar antrenman yapmak için dağlara koştu. Tüm bunlar damızlık atletleri işe almak ve dünyanın en yüksek irtifalı ultra maratonuna alışmak içindi.

Yarış, bir Cumartesi günü sabah 4'te, sınır kökleri olan bir işçi sınıfı kayak kasabası olan Leadville şehrinden hareket ederek ve yüksekliği 9.200 fit ila 12.600 fit arasında değişen güzel ve sert Rocky Mountain parkurları ağını geçerek başladı. Pazar günü saat 2'de bitirdiğimde, birkaç gün önce ziyaret ettiğim bir okula giden Denver'lı bir genç bitiş çizgisinde beni bekliyordu. Harika bir yarışım olmadı (tipik ilk beşim yerine 14. Sırada geldim), ancak her zaman güçlü bir şekilde bitirdiğimden emin oldum ve eve koştuğumda bana geniş bir gülümsemeyle yaklaştı ve "Sürdüm" dedi. Sadece bitirdiğini görmek için iki saat!"

Ders: kimi etkilediğinizi asla bilemezsiniz. Zayıf yarış sonuçlarım o genç adam için hiçbir şey ifade etmiyordu çünkü gözlerini kendi içinde hissettiği yeni bir olasılıklar ve yetenekler dünyasına açmasına yardım etmiştim. Lise oditoryumundan Leadville'e kadar beni takip etmişti çünkü yarışı bitirdiğime dair mutlak bir kanıt arıyordu – tipik olanı aşmanın ve daha fazlası olmanın mümkün olduğuna dair ve ben sakinleşip havluyla sarılırken benden ipuçları istedi. Bir gün arka bahçesindeki dağlarda gece gündüz koşabilirdi.

Bunun gibi birkaç hikayem var. Illinois, Peoria'nın dışında düzenlenen 150 millik bir McNaughton Park Patika Yarışı'nda bir düzineden fazla çocuk benim için adım atmak ve mürettebat olmak için çıktı. Kuzey Dakota, Minot'ta iki düzine öğrenci benimle eğitim aldı. Ocak ayında hava sıfırın altında yirmi iken gün doğmadan önce donmuş tundrayı birlikte koştuk! Bir keresinde Atlanta'da siyahların çoğunlukta olduğu bir mahallede bir okulda konuştuğumda ve ben ayrılırken, bir anne, uzun süredir Navy SEAL olmayı hayal eden ancak orduya katılmak düşünülmediği için bunu bir sır olarak saklayan iki oğluyla birlikte geldi.

Yaz tatili başladığında, benimle yaşamaları ve antrenman yapmaları için onları San Diego'ya uçurdum. Sabah 4'te kıçlarını uyandırdım ve sanki First Phase'in küçük versiyonundaymış gibi onları sahilde dövdüm. Kendilerinden zevk almadılar, ancak ahlakı yaşamak için gerekenler hakkındaki gerçeği öğrendiler. Nereye gidersem gideyim, öğrenciler askeri bir kariyerle ilgilensin ya da ilgilenmesin, her zaman benim sahip olduğum donanıma sahip olup olmadıklarını sordular.

Bir günde yüz mil koşabilirler mi? Tam potansiyellerine ulaşmak için ne gerekir? Onlara şunu söyleyeceğim:

Kültürümüz hızlı çözüme, hayat hilesine ve verimliliğe bağımlı hale geldi. Herkes, en az çabayla maksimum karı netleştiren basit eylem algoritmasının peşinde. Şanslıysanız, bu tutumun size başarının bazı süslerini kazandırabileceği inkar edilemez, ancak nasırlı bir zihne veya kendi kendine hakim olmaya yol açmaz.

Zihne hakim olmak ve yöneticinizi kaldırmak istiyorsanız, çok çalışmanın bağımlısı olmanız gerekecek. Çünkü tutku ve saplantı, hatta yetenek, yalnızca onları destekleyecek iş ahlakına sahipseniz yararlı araçlardır.

İş ahlakım, tüm başarılarımdaki en önemli faktördür. Geri kalan her şey ikincildir ve ister spor salonunda ister işte olsun, sıkı çalışma söz konusu olduğunda. %40 Kuralı geçerlidir. Bana göre, haftada kırk saatlik bir çalışma yüzde 40'lık bir çabadır. Tatmin edici olabilir, ancak bu sıradanlık için başka bir kelime. Haftada kırk saatlik bir çalışmayla yetinmeyin. Bir haftada 168 saat var! Bu, egzersizinizi gözden kaçırmadan işte bu fazladan zamanı harcayacak saatleriniz olduğu anlamına gelir. Beslenmenizi düzene sokmak, eşiniz ve çocuklarınızla kaliteli zaman geçirmek demektir. Her gün yirmi dört saatlik bir görevdeymişsiniz gibi hayatınızı planlamak demektir.

İnsanlardan neden istedikleri kadar çalışmadıklarına dair duyduğum bir numaralı bahane, zamanlarının olmaması. Bak, hepimizin iş yükümlülükleri var, hiçbirimiz uykusuz kalmak istemiyoruz ve senin ailenle vakit geçirmen gerekecek yoksa tökezleyecekler. Anlıyorum ve senin durumun buysa, sabahı kazanmalısın.

SEALS ile tam zamanlıyken, şafaktan önceki karanlık saatleri en üst düzeye çıkardım. Karım uyurken. Altı ila on millik bir koşuyu patlatırdım. Tüm malzemelerim bir gece öncesinden hazırlanmıştı, öğle yemeğim paketlenmişti ve iş kıyafetlerim sabah 7:30'da güne başlamadan önce duş alacağım iş yerindeki dolabımdaydı. Tipik bir günde, sabah 4'ten hemen sonra koşum için kapıdan çıkar ve sabah 5:15'te dönerdim. Bu benim için yeterli olmadığından ve sadece bir arabamız olduğu için, işe yirmi beş mil bisiklet sürdüm (nihayet kendi bokuma kavuştum!). Sabah 7:30'dan öğlene kadar çalışır, öğle tatilinden önce veya sonra masamda yerdim. Öğle yemeği saatinde spor salonuna gider ya da 4-6 millik sahil koşusu yapar, öğleden sonra vardiyasında çalışır ve bir süre bisikletime atlardım.

Eve yirmi beş millik yolculuk. Akşam 7'de eve geldiğimde yaklaşık on beş mil koşmuş, bisikletle elli mil sallanmış ve tüm günü ofiste geçirmiş olacaktım. Akşam yemeği için her zaman evdeydim ve saat 10'da yataktaydım. Böylece ertesi gün her şeyi yeniden yapabilirim. Cumartesi günleri sabah 7'ye kadar uyur, üç saatlik bir antrenman yapar ve hafta sonunun geri kalanını Kate ile geçiririrdim. Eğer bir yarışım olmasaydı Pazar günleri aktif dinlenme günlerim olurdu. Sağlıklı kan akışını uyarmak için nabzımı dakikada 110 vuruşun altında tutarak, düşük kalp atış hızında kolay bir sürüş yapardım.

Belki de benim özel bir durum ya da saplantılı bir manyak olduğumu düşünüyorsun. Tamam, seninle tartışmayacağım. Peki ya arkadaşım Mike? New York'ta büyük bir mali danışman. İşi yüksek bir baskı ve iş günü sekiz saatten çok daha uzun. Bir karısı ve iki çocuğu var ve o bir ultra koşucu. İşte bunu nasıl yaptığı. Sabah 4'te uyanır. Hafta içi her gün, her sabah ailesi uyuklarken altmış ila doksan dakika koşuyor, işe gidip gelmek için bisiklete biniyor ve o eve geldikten sonra otuz dakikalık hızlı bir koşu bandı koşusu yapıyor.

Hafta sonları daha uzun koşulara çıkıyor ama bunun aile yükümlülükleri üzerindeki etkisini en aza indiriyor.

Çok güçlü, çok zengin ve statükosunu daha az çabayla kolayca koruyabilir ve emeğinin tatlı meyvelerinin tadını çıkarabilir, ancak sıkı kalmanın bir yolunu bulur çünkü emekleri onun en tatlı meyveleridir. Ve programını tıkayan saçmalık miktarını en aza indirerek her şeyi halletmek için zaman ayırıyor. Öncelikleri net ve önceliklerine bağlı kalmaya devam ediyor. Burada genel önceliklerden de bahsetmiyorum.

Haftasının her saati belirli bir göreve ayrılmıştır ve o saat gerçek zamanlı olarak geldiğinde yüzde 100 o göreve odaklanır. Ben de böyle

yapıyorum çünkü boşa harcanan saatleri en aza indirmenin tek yolu bu.

Hayatınızı bir bütün olarak değerlendirin! Hepimiz anlamsız saçmalıklar yaparak çok fazla zaman harcıyoruz. Sosyal medyada ve televizyon izleyerek saatler harcıyoruz ki bu, vergilerinizi yaptığınız gibi zamanı çizelgelerseniz yıl sonuna kadar tüm günlere ve haftalara tekabül ederdi. Yapmalısın, çünkü gerçeği bilseydin STAT Facebook hesabını devre dışı bırakır ve kablonu keserdin. Kendinizi anlamsız konuşmalar yaparken veya sizi hiçbir şekilde iyileştirmeyen faaliyetlerde tuzağa düşerken bulduğunuzda, siktir olup gidin!

Yıllarca bir keşiş gibi yaşadım. Çok fazla insanla görüşmüyorum ve vakit geçirmiyorum. Çevrem çok dar. Haftada bir veya iki kez sosyal medyada paylaşım yapıyorum ve kimseyi takip etmediğim için kimsenin beslemelerine asla bakmıyorum. Sadece ben. O kadar bağışlayıcı olman gerektiğini söylemiyorum çünkü muhtemelen seninle aynı hedefleri paylaşmıyoruz. Ama senin de hedeflerin olduğunu biliyorum. Ve iyileştirme için yer, yoksa kitabımı okumazdın ve programını denetlersen daha fazla iş ve daha az saçmalık için zaman bulacağını garanti ederim.

Saçmalıklarınızın içini boşaltmanın yollarını bulmak size kalmış. Yemek bittikten sonra yemek masasında hiçbir şey konuşarak ne kadar zaman geçiriyorsunuz?

Sebepsiz yere kaç tane arama ve metin gönderiyorsunuz? Tüm hayatınıza bakın, yükümlülüklerinizi ve görevlerinizi listeleyin. Onlara bir zaman damgası koyun. Alışveriş yapmak, yemek yemek ve temizlik yapmak için kaç saat gerekiyor?

Ne kadar uykuya ihtiyacın var? İşe gidiş gelişin nasıl? Orada kendi gücünüzle yapabilir misiniz? Her şeyi zaman aralıklarında bloke edin ve gününüz planlandığında, belirli bir günde ne kadar esneklik

egzersiz yapmanız gerektiğini ve bunu nasıl en üst düzeye çıkaracağınızı bileceksiniz.

Belki de formda olmak istemiyorsunuz ama kendi işinizi kurmanın hayalini kuruyorsunuz ya da her zaman takıntılı olduğunuz bir dili ya da enstrümanı öğrenmek istemişsiniz. Güzel, aynı kural geçerli. Programınızı analiz edin, boş alışkanlıklarınızı öldürün, saçmalıkları yok edin ve geriye ne kaldığını görün. Günde bir saat mi? Üç? Şimdi bu boku maksimize edin.

Bu, öncelikli görevlerinizi günün her saatinde listelemek anlamına gelir. Hatta bunu on beş dakikalık aralıklara kadar daraltabilirsiniz ve günlük programınıza geri dönüşleri dahil etmeyi unutmayın. Ultraman'daki yarış planıma geri tepmeyi eklemeyi nasıl unuttuğumu hatırlıyor musun? Günlük programınızda da geri dönüşlere ihtiyacınız var. Bir görev fazla mesaiye karışırsa, bunu bildiğinizden emin olun ve bir sonraki öncelikli görevinize hemen geçiş yapmaya başlayın. Akıllı telefonunuzu üretkenlik saldırıları için kullanın, tıklama tuzağı için değil. Takvim uyarılarınızı açın. Şu alarmları kurun.

Hayatınızı denetlerseniz, saçmalıkları atlarsanız ve geri tepme kilitlerini kullanırsanız, ihtiyacınız olan ve yapmak istediğiniz her şeyi yapmak için zaman bulacaksınız. Ancak dinlenmeye de ihtiyacınız olduğunu unutmayın, bu yüzden bunu planlayın. Vücudunuzu dinleyin, gerektiğinde on ila yirmi dakikalık kısa şekerlemelere girin ve haftada bir tam dinlenme günü ayırın. Dinlenme günüyse, gerçekten zihninizin ve vücudunuzun gevşemesine izin verin. Telefonunuzu kapatın.

Bilgisayarı kapalı tutun. Dinlenme günü, rahat olmanız, arkadaşlarınızla veya ailenizle takılmanız ve iyi yiyip içmeniz gerektiği anlamına gelir, böylece yeniden şarj olabilir ve eski haline dönebilirsiniz. Kendinizi teknolojinin içinde kaybetmenin veya lanet bir soru işareti şeklinde masanızda kambur durmanın günü değil.

Yirmi dört saatlik görevin tüm amacı, bir sezon veya bir yıl boyunca değil, tüm hayatınız boyunca bir şampiyonluk temposunu sürdürmektir! Bu, kaliteli dinlenme ve iyileşme süresi gerektirir. Çünkü bitiş çizgisi yok. Her zaman öğrenilecek daha çok şey vardır ve ağaçkakanın dudakları kadar sert olmak istiyorsanız her zaman güçlendirecek zayıflıklarınız olacaktır. Sayısız mil çekiçle vuracak kadar sert ve bu pisliği güçlü bir şekilde bitir!

2008'de Ironman Dünya Şampiyonası için Kona'ya döndüm. Donanma SEALS ve Komutan Keith Davids için en yüksek görüş modundaydım. SEAL takımlarında gördüğüm en iyi sporculardan biri ve yarışa katılmam istendi. NBC Sports yayını, her hareketimizi takip etti ve yarış içindeki yarışımızı, spikerlerin ana yarışmacıları izlemek arasında kesebilecekleri bir özelliğe dönüştürdü.

Girişimiz doğrudan bir Hollywood satış toplantısından çıktı. Çoğu sporcu yarış öncesi ritüellerinin derinliklerine dalmışken ve yarış hayatlarının en uzun günü için heyecanlanırken, biz bir C-130 ile başımızın üstünde vızıldadık, 1.500 fitten atladık ve suya paraşütle atladık. Bir Zodiac ve silahtan sadece dört dakika önce kıyıya yanaştı. Bu, bir enerji jeli patlaması, bir yudum su ve Navy SEAL triatlon kıyafetlerimizi giymek için zar zor yeterliydi.

Artık suda yavaş olduğumu biliyorsun ve Davids 24 millik yüzerken kıçımı mahvetti. Ben de onun bisiklette olduğu kadar güçlüyüm ama o gün belim kasıldı ve yolun yarısında durup gerinmek zorunda kaldım.

112 millik bir bisiklet yolculuğunun ardından geçiş alanına geldiğimde, Davids'in bana otuz dakikası vardı ve maratonun başlarında, hiçbirini geri almak için pek iyi bir iş yapmadım.

Vücudum isyan ediyordu ve o erken milleri yürümek zorunda kaldım, ama mücadelede kaldım ve on milde bir ritim buldum ve zamanı kesmeye başladım. Önümde bir yerde Davids patladı ve 1 inç yaklaştı. Birkaç mil ötede onu uzaktan ağır ağır yürürken görebiliyordum.

O lav tarlalarında acı çekiyor, asfalttan levhalar halinde parıldayan ısı. Gururlu bir adam olduğu için beni yenmek istediğini biliyordum. O bir Subay, harika bir operatör ve damızlık bir atletti. Ben de onu yenmek istiyordum. Donanma SEAL'leri böyle bağlanır ve onun yanından geçebilirdim ama yaklaştıkça kendime alçakgönüllü olmamı söyledim. Onu iki milden biraz fazla kala yakaladım. Bana hem saygı hem de komik bir öfke karışımıyla baktı.

"Lanet olası Goggins," dedi gülümseyerek.

Beraber suya atladık, beraber yarışa başladık ve bu işi beraber bitirecektik. Son iki mil boyunca yan yana koştuk, bitiş çizgisini geçtik ve kucaklaştık. Müthiş lanet bir televizyondu.

Hayatımda her şey yolunda gidiyordu. Kariyerim parıldadı ve parıldadı, spor dünyasında kendime bir isim yapmıştım ve bir Navy SEAL'in yapması gerektiği gibi hamle alanına geri dönme planlarım vardı. Ama bazen hayatta her şeyi doğru yapıyor olsanız bile bok fırtınaları çıkar ve çoğalır. Kaos uyarı vermeden çökebilir ve çökecektir ve bu olduğunda (olmazsa değil), onu durdurmak için yapabileceğiniz hiçbir şey olmayacaktır.

Şanslıysanız, sorunlar veya yaralanmalar nispeten küçüktür ve bu olaylar ortaya çıktığında uyum sağlamak ve bunun peşinden gitmek size düşer. Yaralanırsanız veya birincil tutkunuz üzerinde çalışmanızı engelleyen başka komplikasyonlar ortaya çıkarsa, enerjinizi başka bir yere odaklayın. Peşinden koştuğumuz faaliyetler güçlü yönlerimiz olma eğilimindedir çünkü harika olduğumuz şeyi yapmak eğlencelidir.

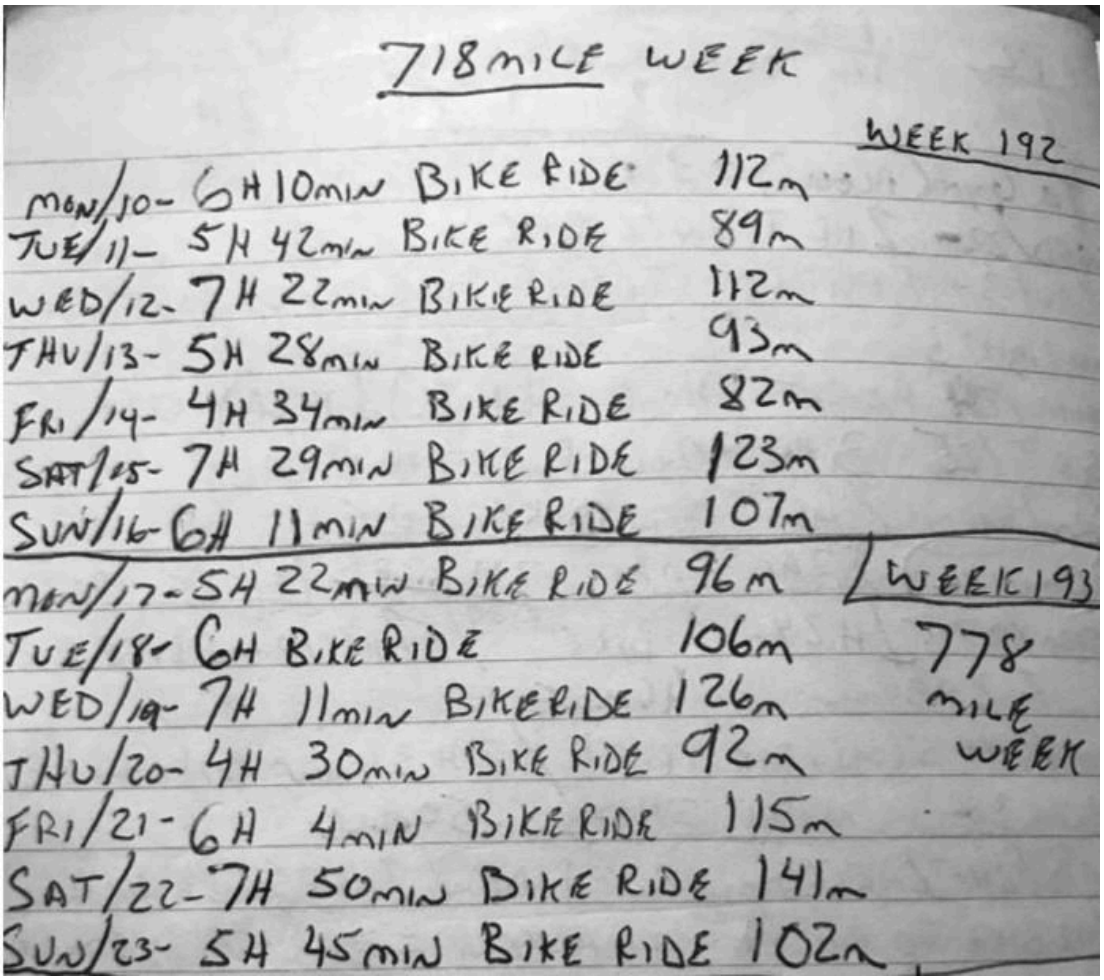
Çok az insan zayıf yönleri üzerinde çalışmaktan hoşlanır, bu nedenle, on iki hafta boyunca koşmanıza engel olacak bir diz yaralanması olan harika bir koşucuysanız, bu, esnekliğinizi ve genel gücünüzü artıran yogaya başlamak için harika bir zamandır. Sizi daha iyi ve yaralanmaya daha az eğilimli bir atlet yapacaktır. Eli kırık bir gitaristseniz, tuşların başına oturun ve daha çok yönlü bir müzisyen olmak için sağlam olan tek elinizi kullanın. Önemli olan nokta, bir gerilemenin odağımızı dağıtmasına veya sapmalarımızın zihniyetimizi dikte etmesine izin vermemek. Her zaman ayarlamaya, yeniden kalibre etmeye ve daha iyi olmak için peşinden gitmeye hazır olun.

Bu şekilde çalışmamın tek nedeni ultra yarışlara hazırlanmak ve kazanmak değil. Hiç sportif bir amacım yok. Zihnimi hayata hazırlamak için. Hayat her zaman en meşakkatli dayanıklılık sporu olacak ve sıkı antrenman yaptığınızda, rahatsız olduğunuzda ve zihniniz duygusuzlaştığında, ne olursa olsun ilerlemenin bir yolunu bulmak için eğitilmiş, daha çok yönlü bir yarışmacı olacaksınız.

Çünkü hayatın sana fırlattığı bokun hiç de önemsiz olmadığı zamanlar olacak. Bazen hayat seni kahrolası kalbinden vurur.

İşe alım detayındaki iki yıllık görevim 2009'da sona erecekti ve bir sonraki nesle ilham vermekten zevk alırken, tekrar sahaya çıkıp sahada faaliyet göstermeyi dört gözle bekliyordum. Ancak görevimden ayrılmadan önce büyük bir sıçrama daha planladım. Efsanevi bir dayanıklılık yol yarışı olan Race Across America'da San Diego'daki sahilden Annapolis, Maryland'e bisikletle giderdim. Yarış Haziran'daydı, bu yüzden Ocak'tan Mayıs'a kadar tüm boş zamanımı harcadım.

Bisiklet zamanı. Sabah 4'te uyandım ve işten önce 110 mil sürdüm, ardından uzun bir iş gününün sonunda eve yirmi ila otuz mil sürdüm. Hafta sonları günde en az bir 200 mil koydum ve haftada ortalama 700 mil yaptım. Yarışın tamamlanması yaklaşık iki hafta alacaktı, çok az uyku olacaktı ve tüm hayatımın en büyük atletik mücadelesine hazır olmak istedim.



Sonra Mayıs ayı başlarında her şey alabora oldu. Arızalı bir cihaz gibi, kalbim neredeyse bir gecede yanıp söndü. Yıllarca dinlenme nabzım otuzlardaydı. Aniden yetmişler ve seksenlerdeydi ve herhangi bir aktivite, ben çöküşün eşiğine gelene kadar onu yükseltirdi. Sanki bir fırlamış gibiydim.

Tüm enerjim bedenimden çekilmişti. Basit bir beş dakikalık bisiklet yolculuğu, kalbimi dakikada 150 atışa gönderirdi.

Tek kat merdiven çıkarken kısa bir yürüyüş sırasında kontrolsüz bir şekilde çarptı.

İlk başta bunun aşırı antrenmandan kaynaklandığını düşündüm ve doktora gittiğimde kabul etti, ancak her ihtimale karşı Balboa Hastanesinde benim için bir ekokardiyogram planladı. Test için içeri

girdiğimde, teknisyen her şeyi bilen alıcısını jelleştirdi ve ben sol tarafımda yatarken, başım monitöründen uzaktayken ihtiyaç duyacağı açıları elde etmek için göğsümün üzerinde döndürdü. O bir konuşmacıydı ve tüm haznelerimi ve valflerimi kontrol ederken bir sürü saçma sapan saçmalamayı sürdürdü. Her şey sağlam görünüyordu, dedi, ta ki prosedürün kırk beş dakikasında aniden bu geveze orospu çocuğu konuşmayı kesene kadar. Onun sesi yerine, çok sayıda tıklama ve yakınlaştırma sesi duydum. Sonra odadan çıktı ve birkaç dakika sonra başka bir teknisyenle tekrar ortaya çıktı. Tıkladılar, yakınlaştırdılar ve fısıldadılar ama büyük sırlarını öğrenmeme izin vermediler.

Beyaz önlüklü insanlar kalbinize gözünüzün önünde çözülmesi gereken bir bilmeceymiş gibi davranırken, muhtemelen berbat durumda olduğunuzu düşünmemek elde değil. Bir yanım hemen cevap istiyordu çünkü korkmuştum ama rezil olup kartlarımı göstermek istemiyordum, bu yüzden sakin kalmayı ve profesyonellerin çalışmasına izin vermeyi seçtim. Birkaç dakika sonra odaya iki adam daha girdi. Bunlardan biri kardiyologdu. Asayı aldı, göğsümde yuvarladı ve kısa bir baş sallamayla monitöre baktı. Sonra sanki onun lanet olası stajyeriymişim gibi omzuma vurdu ve "Tamam, hadi konuşalım" dedi.

Koridorda dururken, teknisyenleri ve hemşireleri bir ileri bir geri gidip iki yanımızdaki odalara girip çıkarken, "Atrial Septal Defektiniz var," dedi. Dosdoğru karşıya baktım ve neden bahsettiği hakkında hiçbir fikrim olmadığını anlayana kadar hiçbir şey söylemedim. "Kalbinde bir delik var." Alnını buruşturup çenesini okşadı. "Oldukça iyi bir tane."

"Kalbinde delikler öylece açılmıyor, değil mi?"

“Hayır, hayır,” dedi gülerek, “onunla doğdun.” Deliğin sağımla solum arasındaki duvarda olduğunu açıklamaya devam etti.

Bu bir problemdi çünkü kulakçıklar arasında bir delik olduğunda

Oksijenli kan, oksijensiz kanla karışır. Oksijen, hücrelerimizin her birinin hayatta kalması için ihtiyaç duyduğu temel bir elementtir. Doktora göre kaslarıma ve organlarıma optimum performans için gereken oksijenin sadece yarısını sağlıyordum.

Bu, ayaklarda ve karında şişmeye, kalp çarpıntısına ve ara sıra nefes darlığı nöbetlerine yol açar. Son zamanlarda hissettiğim yorgunluğu kesinlikle açıklıyor. Akciğerleri de etkilediğini, çünkü pulmoner kan damarlarına taşıyabileceklerinden daha fazla kan aktığını, bunun da aşırı yorgunluk ve hastalıktan kurtulmayı çok daha zorlaştırdığını söyledi. İlk Cehennem Haftamda çifte zatürreye yakalandıktan sonra iyileştiğim tüm sorunlara geri döndüm. Akciğerimdeki sıvı tamamen çekildi. Sonraki Cehennem Haftalarında ve tras’a girdikten sonra kendimi yarışlar sırasında ve bitirdikten sonra balgam çekerken buldum. Bazı geceler içimde o kadar çok sıvı vardı ki uyuyamadım. O sıkıcı ritüelin ne zaman sona ereceğini merak ederek doğrulup boş Gatorade şişelerine balgam tükürürdüm. Çoğu insan aşırı takıntılı hale geldiğinde aşırı kullanım yaralanmalarıyla başa çıkabilir, ancak kardiyovasküler sistemleri hassas bir şekilde ayarlanmıştır.

Kırık vücudumla rekabet edip çok şey başarabilmiş olsam da, kendimi hiç bu kadar harika hissetmemiştim. Dayanmayı ve üstesinden gelmeyi öğrenmiştim ve doktor temel bilgileri indirmeye devam ederken, hayatım boyunca ilk kez benim de oldukça şanslı olduğumu fark ettim.

Çünkü benimki gibi bir OSB'ye sahip olduğunuzda ve suyun derinlerine daldığınızda, pulmoner kan damarlarından geçerek akciğerlerde filtrelenmesi gereken gaz kabarcıkları, çıkışta o delikten sızabilir ve silah haline getirilmiş emboliler olarak devri daim yapabilir. Beyindeki kan damarlarını tıkayarak felce veya kalbe giden bir arteri tıkayarak kalp durmasına neden olur. Bu, içinde yüzen kirli bir bombayla dalmak gibi, ne zaman ve nerede patlayacağını asla bilemezsin.

Bu kavgada yalnız değildim. Her on çocuktan biri aynı kusurla doğar, ancak çoğu durumda delik kendi kendine kapanır ve ameliyat gerekmez.

Bugünlerde daha iyi tarama süreçleri var. OSB ile doğan benim yaşımdaki çoğu insan hastaneden annelerinin kollarında ayrıldı ve hiçbir ipucu olmadan potansiyel ölümcül bir sorunla yaşadı. Ta ki benim gibi otuzlu yaşlarında kalpleri onlara sorun çıkarmaya başlayana kadar. Uyarı işaretlerimi görmezden gelseydim, dört millik bir koşu sırasında düşebilirdim.

Bu nedenle, ordudaysanız ve ASD teşhisi konduysanız, uçaklardan atlayamaz veya tüplü dalış yapamazsınız ve eğer biri benim durumumu bilseydi, Donanmanın SEAL olmama hiçbir şekilde izin vermezdi. ... Cehennem Haftası, Badwater veya diğer yarışlardan herhangi birini geçmem bile şaşırtıcı.

Doktor, "Bu hastalıkla yaptığın her şeyi yapabilmene gerçekten şaşırdım," dedi.

Başımı salladım. Benim tıbbi bir mucize, bir tür aykırı ya da sadece inanılmaz şansla kutsanmış yetenekli bir atlet olduğumu düşündü.

Benim için, başarılarımı Tanrı vergisi bir yeteneğe veya büyük genetiğe borçlu olmadığımın bir başka kanıtıydı. Kalbimde lanet bir delik vardı! Sürekli yarısı dolu bir depoyla koşuyordum ve bu, biri kendini insan zihninin tüm gücünü kullanmaya adadığında, hayatımın nelerin mümkün olduğunun mutlak kanıtı olduğu anlamına geliyordu.

Üç gün sonra ameliyattaydım.

Ve oğlum doktor bunu mahvetti. İlk olarak, anestezi tüm yolu kapsamadı, bu da cerrah uyluğumun iç kısmını kestiğinde, femoral arterime bir kateter yerleştirdiğinde ve kalbime ulaştığında, o kateterden bir sarmal yama yerleştirdiğinde yarı uyanık olduğum anlamına geliyordu. Ve sözde kalbimdeki deliği kapatarak yerine taşıdı. Bu sırada boğazımda bir kamera vardı, ağzım tıkanırken ve iki saatlik prosedüre katlanmak için mücadele ederken bunu hissedebiliyordum. Tüm bunlardan sonra dertlerimin bitmesi gerekiyordu. Doktor, kalp dokumun büyüyüp yamayı kapatmasının zaman alacağını söyledi, ancak bir hafta sonra hafif egzersiz için izin verdi.

Anlaşıldı, diye düşündüm, eve gelir gelmez şınav çekmek için yere düşerken. Neredeyse hemen kalbim kulak zarına girdi.

a-fib olarak da bilinen fibrilasyon. Nabzım 120'den 230'a çıktı, tekrar 120'ye ve ardından 250'ye çıktı. Başım döndü ve nefes alışım normale dönerken kalp atış hızı monitörüme bakarken oturmak zorunda kaldım. Bir kez daha dinlenme kalp atış hızım seksenlerdeydi. Başka bir deyişle, hiçbir şey değişmemişti. Bunu küçük bir yan etki olarak etiketleyen ve sabırlı olması için yalvaran kardiyoloğu aradım. Onun sözüne güvendim ve birkaç gün daha dinlendim, sonra işten eve kolayca gitmek için bisiklete atladım. İlk başta her şey yolunda gitti ama yaklaşık on beş mil sonra kalbim bir

kez daha felç geçirdi. Nabzım 120'den 230'a sıçradı ve zihnimin gözündeki hayali grafik boyunca hiçbir ritim olmadan tekrar geri döndü. Kate beni doğruca Balboa Hastanesi'ne bıraktı. O ziyaretten ve ikinci ve üçüncü görüşlerden sonra, yamanın ya başarısız olduğu ya da tüm deliği kapatmaya yetmediği ve ikinci bir kalp ameliyatına ihtiyacım olduğu açıktı.

Donanma bunun bir parçası olmak istemedi. Daha fazla komplikasyondan korktular ve yaşam tarzımı küçültmemi, yeni normalimi ve bir emeklilik paketini kabul etmemi önerdiler. Evet, doğru. Bunun yerine, Balboa'da daha iyi bir doktor buldum ve başka bir kalp ameliyatı düşünmeden önce birkaç ay beklememiz gerektiğini söyledi. Bu esnada ne zıplayabiliyor ne de dalabiliyordum. Ve açıkçası sahada faaliyet gösteremedim, bu yüzden işe alımda kaldım. Şüphesiz farklı bir hayattı ve kendime acımak istiyordum. Ne de olsa, beni açık maviden vuran bu şey, askeri kariyerimin tüm manzarasını değiştirdi, ancak ultra yarışlar için değil, yaşam için eğitim alıyordum ve başımı eğmeyi reddettim.

Bir kurban zihniyetini sürdürürsem berbat bir durumdan hiçbir şey elde edemeyeceğimi biliyordum ve bütün gün evde yenilmiş olarak oturmak istemiyordum. Bu yüzden işe alım sunumumu mükemmelleştirmek için zamanı kullandım. Sterlin AARS yazdım ve idari işlerimde çok daha detay odaklı oldum, bu size sıkıcı mı geliyor? Kahretsin evet, sıkıcıydı! Ama bu dürüst, gerekli bir işti ve gerçekten savaşa geri dönebileceğim an geldiğinde zihnimi keskin tutmak için kullandım.

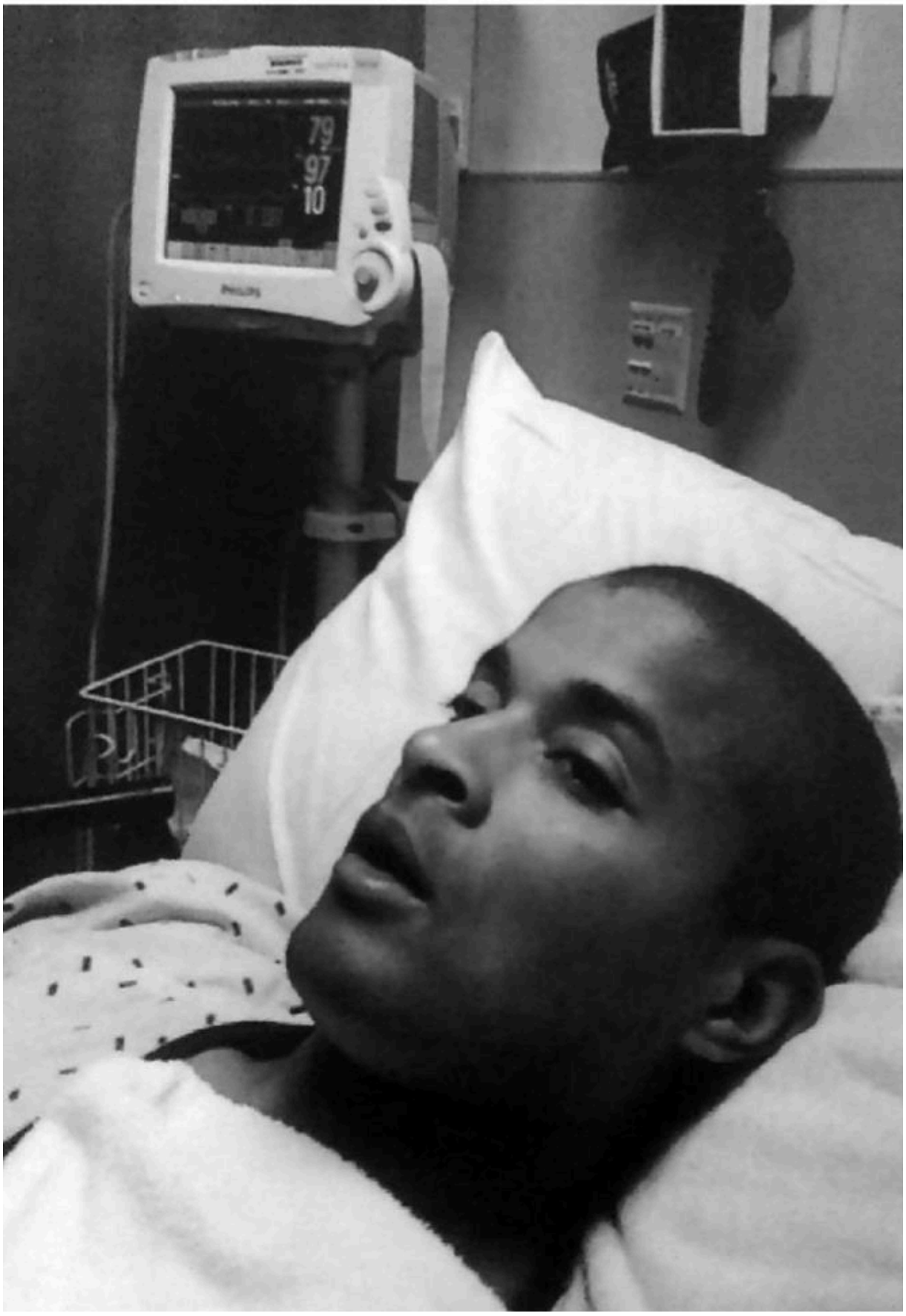
Ya da öyle umuyordum.

İlk ameliyattan tam on dört ay sonra, bir kez daha sırt üstü bir hastane koridorunda tavandaki flüoresan ışıklara bakarak hiçbir garanti

olmadan ameliyat öncesi döneme gidiyordum. Teknisyenler ve hemşireler

Beni tıraş etti ve hazırladı, orduda başardığım her şeyi düşündüm ve merak ettim, yeterli miydi? Doktorlar bu sefer beni düzeltemezse, tatmin olmuş bir şekilde emekli olmaya istekli olur muydum? Bu soru, anestezi uzmanı yüzüme bir oksijen maskesi takıp kulağıma usulca sayana kadar kafamda oyalandı. Işıklar sönmeden hemen önce, kapkara ruhumun uçurumundan cevabın fışkırdığını duydum.

Siktir!



(2. Kalp ameliyatı)

GÖREV 8

PLAN YAP.

Gününü bölümlere ayırmanın zamanı geldi.

Pek çoğumuz aynı anda birden fazla işi yapan biri haline geldik ve bu da yarım yamalak bir ulus yarattı.

Bu üç haftalık bir meydan okuma olacak.

Birinci hafta boyunca, normal programına devam et, ancak not al.

Ne zaman çalışıyorsun? Durmadan mı çalışıyorsun yoksa telefonuna mı bakıyorsun?

Yemek molaların ne kadar sürüyor?

Ne zaman egzersiz yaparsın, televizyon izlersin veya arkadaşlarınla sohbet edersin?

İşe gidip gelme süren ne kadar?

Süper ayrıntılı olmanı ve hepsini zaman damgalarıyla belgelemeni istiyorum.

Bu senin temelin olacak ve düzeltmek için bol miktarda şey bulacaksın.

Çoğu insan belirli bir günde dört ila beş saatini boşa harcar ve bunu belirlemeyi ve kullanmayı öğrenirsen, üretkenliği artırma yolunda ilerlersin.

İkinci haftada, optimum bir program oluştur. Her şeyi on beş ila otuz dakikalık bloklar halinde yerine kilitle. Bazı görevler birden çok blok veya tüm gün sürer, güzel. Çalışırken, her seferinde yalnızca bir şey

üzerinde çalış, önündeki görevi düşün ve yılmadan onun peşinden git. Programındaki bir sonraki görevin zamanı geldiğinde, ilkini bir kenara bırak ve aynı odağı uygula.

Yemek aralarının yeterli olduğundan ancak açık uçlu olmadığından emin ol ve egzersiz ve dinlenmeyi de planla.

Ama dinlenme zamanı geldiğinde, gerçekten dinlen.

E-postayı kontrol etmek veya sosyal medyada saçmalamak yok. Çok çalışacaksan beyninizi de dinlendirmelisin.

İkinci haftada zaman damgalı notlar al. Hala bir miktar ölü boşluk bulabilirsin.

Üçüncü haftada, uykudan ödün vermeden çabanızı en üst düzeye çıkaran bir çalışma programın olmalı.

BÖLÜM 9
%1'İN %1'İ

ANESTEZİ ETKİLENDİ VE KENDİMİ GERİ DÖNDÜĞÜMÜ HİSSEDİYORUM TAKİ geçmişimden bir sahneye inene kadar. Gecenin köründe ormanda ilerliyorduk. Hareketimiz gizli ve sessizdi ama hızlıydı. Böyle olmak zorunda. İlk vuran, çoğu zaman savaşı kazanır.

Bir geçidin zirvesine ulaştık, üçlü gölgelikli cangılda yüksek maun ağaçlarından oluşan kalın bir çitin altına sığındık ve hedeflerimizi gece görüş gözlüğüyle takip ettik. Güneş ışığı olmasa bile tropik sıcaklık yoğundu ve pencere camındaki çiy damlaları gibi ter yüzümün yan tarafından aşağı kaydı. Yirmi yedi yaşındaydım ve Takım ve Rambo ateşi hayallerim gerçek olmuştu. İki kez gözümü kırptım, nefes verdim ve İKT'nin sinyali üzerine ateş açtım.

Tüm vücudum, dakikada 500-650 mermi atan kayış beslemeli bir makineli tüfek olan M60'ın ritmiyle yankılandı. Yüz mermilik kemer homurdanan makineyi besleyip namludan alevler saçarken, adrenalin kan dolaşımıma hücum etti ve beynimi doyurdu. Odağım daraldı. Benden, silahımdan ve sıfır özürle parçaladığım hedeften başka hiçbir şey yoktu.

2002 yılıydı, BUD/S'den yeni çıkmıştım ve tam zamanlı bir Navy SEAL olarak,

Artık resmi olarak dünyanın en zinde ve ölümcül savaşçılarından biri ve yaşayan en sert adamlarondandım.

Ya da ben öyle düşündüm, ama bu benim dünyaya inmemden yıllar önceydi.

Ultra tavşan deliği. 11 Eylül, hâlâ taze, ağzı açık bir yaraydı.

Amerikan kolektif bilinci ve dalgalanma etkileri her şeyi değiştirdi

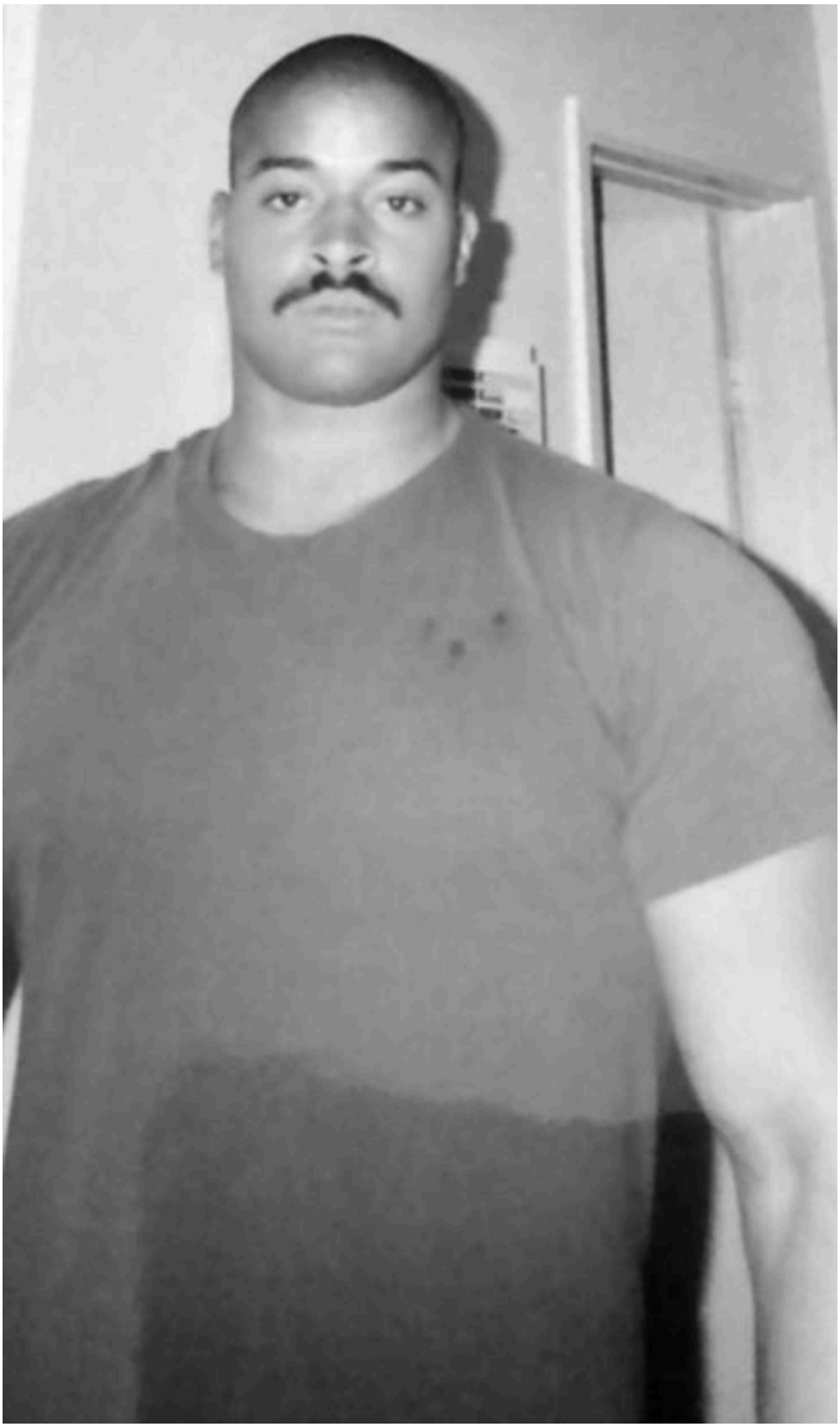
Bizim gibi adamlar için Savaş artık arzuladığımız efsanevi bir ruh hali değildi.

Gerçekti ve dünyanın dağlarında, köylerinde ve şehirlerinde devam ediyordu.

Afganistan. Bu arada, lanet olası Malezya'da demirlemiştik, emir bekliyorduk ve savaşa katılmayı umuyorduk.

Ve biz böyle eğitildik.

BUD/S'den sonra, ilk müfrezeme inmeden önce Üç Dişli Mızrağımı resmen kazandığım SEAL Kalifikasyon Eğitimine geçtim. Eğitim, Malezya'da orman harbi tatbikatları ile devam etti. Havada asılı duran helikopterlerden iple inip hızla iple indik. Bazı adamlar keskin nişancı olarak eğitildi ve birimdeki en iri adam olduğum için ağırlığım tekrar 250 pound'a çıktı, o zamana kadar M60'ın takma adı olan Domuz'u taşıma işini kazandım çünkü kulağa bir ambarın homurtusu gibi geliyordu. Açgözlü.



Çoğu insan Domuz detayından korkardı ama ben o silaha takıntılıydım. Silah tek başına yirmi pounddu ve yüz mermilik her bir kemer yedi pound ağırlığındaydı. Bunlardan altı ila yedi tane taşıdım.

Dördü belimde ve biri sırt çantama bağlı bir kesede biride silahta, silah ve elli kiloluk sırt çantam gittiğimiz her yerde ve herkes kadar hızlı hareket etmesi bekleniyordu. Başka bir seçeneğim yoktu. Savaşırken eğitim alıyoruz ve gerçek savaşı taklit etmek için canlı cephane gereklidir, böylece SEAL savaş özdeyişini mükemmelleştirebiliriz: ateş et, hareket et, iletişim kur.

Bu, namlu takdirini yerinde tutmak anlamına geliyordu. Silahımızın herhangi bir yere püskürmesine izin veremezdik. Dost ateşi olayları böyle gerçekleşir ve her zaman, özellikle de Domuz ile silahlanmışken, takım arkadaşlarınızın konumuna göre nereye nişan aldığınızı bilmek büyük bir kas disiplini ve ayrıntılara dikkat gerektirir. Ortalama bir SEAL'i iyi bir operatör yapan şey, yüksek bir güvenlik standardını korumak ve görev çağrıları sırasında hedefe ölümcül güç sağlamak.

Çoğu insan bir SEAL olduğunuzda her zaman çemberin içinde olduğunuzu düşünür, ancak bu doğru değildir. Sürekli olarak yargılandığımızı ve ikincisi, ister yeni bir adam, ister deneyimli bir operatör olsam da, güvende olmadığımı çabucak öğrendim. Ben dışarıda olurdum! İlk takımımdaki üç yeni adamdan biriydim ve içlerinden biri çok güvensiz olduğu için silahını almak zorunda kaldı.

On gün boyunca Malezya ormanlarında dolaştık, hamaklarda yattık, sığınaklarda kürek çektik, bütün gün ve gece silahlarımızı taşıdık ve o, Batı'nın Kötü Cadısı gibi kahrolası bir süpürge sopası çekmeye

mahsur kaldı. O zaman bile onu hackleyemedi ve çizmeye başladı. İlk müfrezedeki subaylarımız herkesi dürüst tuttu ve ben de onlara bu yüzden saygı duydum.

Dana De Coster geçenlerde bana "Çatışmada kimsenin öylece Rambo'ya dönüşmediğini söyledi. Dana, SEAL Beşinci Takım'daki ilk müfrezemde ikinci komutandı. Bugünlerde BUD/S'de Operasyon Direktörü. "Mermiler geldiğinde kendimizi çok zorluyoruz. Uçmaya başlayınca gerçekten iyi bir eğitime geri dönüyoruz ve geri çekildiğimiz noktanın çok yüksek olması önemlidir, düşmanı geride bırakacağımızı biliyoruz. Rambo olmayabiliriz ama çok yakın olacağız.

SEAL'lerin kullandığı ve katıldığı silahlar ve silahlı çatışmalar pek çok insanı büyüledi, ancak bu hiçbir zaman işin en sevdiğim yanı olmadı. Bunda çok iyiydim ama kendimle savaşmayı tercih ederdim. Güçlü beden eğitiminden bahsediyorum ve ilk müfrezem bunu da yaptı. Çoğu sabah işten önce uzun koşu-yüzme-koşularına giderdik. Biz sadece almıyorduk.

Yarışıyorduk ve subaylarımız önden önderlik ediyordu. İKT'miz ve onun yardımcısı olan Dana, tüm müfrezedeki en iyi atletlerden ikisiydi ve Takım Şefim Chris Beck (artık Kristin Beck'ten geçiyor ve Twitter'daki en ünlü trans kadınlardan biri), aynı zamanda sert bir orospu çocuğuydu.

"Komik," dedi Dana, "İKÖ ve ben hiçbir zaman bizim meselemiz hakkında gerçekten konuşmadık.

PT üzerine felsefe. Sadece yarıştık. Onu yenmek istedim ve o da yenmek istedi.

Beni yendi ve bu, insanların peşinden ne kadar zorlandığımız hakkında konuşmasına neden oldu.

Dana'nın lanet rocker'ından kurtulduğuna dair aklımda hiçbir şüphe yoktu. Guam, Malezya, Tayland ve Kore'de durarak Endonezya'ya gitmeden önce San Clemente Adası açıklarında bir dizi eğitim dalışı yaptığımızı hatırlıyorum. Dana benim yüzme arkadaşımdı ve bir sabah beni 12 derecelik suda dalgıç kıyafeti olmadan eğitim dalışı yapmaya davet etti çünkü SEAL'lerin selefleri Normandiya sahillerini ünlü D-Day için hazırlarken böyle yaptılar.

"Eski moda gidelim ve dalış bıçaklarımızla şortla dalalım" dedi.

Benim beslediğim hayvansı zihniyete sahipti ve bu meydan okumadan geri adım atmayacaktım. Malezya'daki seçkin askeri birimleri eğittiğimiz ve 2018 yazında mağaradaki futbolcu çocukları kurtaran kurbağa adam mürettebatı olan Tayland Deniz Kuvvetleri SEALS'in becerilerini keskinleştirdiğimiz Güneydoğu Asya'nın her yerinde birlikte yüzdük ve daldık. Güney Tayland'da isyan Nereye konuşlanmış olursak olalım, o PT sabahlarını her şeyden çok sevdim. Kısa bir süre sonra, o müfrezedeki her adam herkesle rekabet etmeye başladı, ama ne kadar uğraşırsam uğraşayım, iki subayımızı yakalayamadım ve genellikle üçüncü sırayı aldım. Önemli değil Kimin kazandığı önemli değildi çünkü herkes neredeyse her gün kişisel rekorlarını kırıyordu ve bende kalan buydu. Tüm bir müfrezenin bağlılığını ve başarısını artırmak için rekabetçi bir ortamın gücü!

Sınıfa geçtiğimde tam olarak hayalini kurduğum ortam buydu.

BUD/S için. Hepimiz SEAL ahlakını yaşıyorduk ve görmek için sabırsızlanıyordum.

Mücadeleye başladığımızda bizi bireysel olarak ve bir birim olarak götürdüğü yer. Ancak

Afganistan'da savaş şiddetlenirken, yapabileceğimiz tek şey oturup numaramızın aranmasını ummaktı.

Birlikte Irak'ın işgalini izlediğimizde bir Kore bowling salonundaydık. Cehennem kadar iç karartıcıydı. Böyle bir fırsat için çok sıkı çalışıyorduk. Temelimiz tüm bu PT ile güçlendirildi. Sağlam silahlar ve taktiksel eğitimle dolu. Aksiyonun bir parçası olmak için köpüren ölümcül bir birime dönüşmüştük ve tekrar unutulmamız hepimizi sinirlendirdi. Bu yüzden her sabah birbirimizden çıkardık.

Donanma SEAL'leri, dünyanın dört bir yanında ziyaret ettiğimiz üslerde rock yıldızları gibi muamele gördü ve bazı adamlar bundan hoşlandı. Aslında, çoğu SEAL, büyük gecelerden payına düşeni aldı, ama ben değil. SEALS'e Spartalı bir yaşam tarzı yaşayarak girmiştim ve geceleri işimin dinlenmek, yeniden şarj olmak ve ertesi gün bedenimi ve zihnimi tekrar savaşa hazırlamak olduğunu hissettim, sonsuza kadar göreve hazırdım ve tavrım saygı kazandı. Bazılarından, ama İKT'miz beni biraz bırakıp "çocuklardan biri" olmam için etkilemeye çalıştı.

İİT'mize büyük saygım vardı. Deniz Harp Okulu'ndan ve Cambridge Üniversitesi'nden mezun olmuştu. Açıkça zeki, bir damızlık atlet ve DEVGRU'da gıpta ile bakılan bir yer edinme yolunda büyük bir liderdi, bu yüzden onun görüşü benim için önemliydi. Hepimiz için önemliydi, çünkü bizi değerlendirmekten o sorumluydu ve bu

değerlendirmeler sizi bir şekilde takip ediyor ve ileriye dönük askeri kariyerinizi etkiliyor.

Kağıt üzerinde ilk değerlendirmem sağlamdı. Becerilerimden etkilendi.

Ve topyekun çaba, ama aynı zamanda bazı kayıt dışı bilgelik bıraktı.

“Sen biliyorsun, Goggins,” dedi, “asılırsan işi biraz daha iyi anlarsın.

Erkeklerle daha çok dışarı İşte o zaman operasyon hakkında en çok şeyi öğreniyorum.

Grubun bir parçası olmak önemli.” Sözleri canını yakan bir gerçeklik kontrolüydü. Açıkçası, İİT ve muhtemelen diğer bazı kişiler benim biraz farklı olduğumu düşündüler. Tabii ki öyleydim! Ben hiçlikten geldim! Deniz Harp Okulu’na alınmadım.

Cambridge’in nerede olduğunu bile bilmiyordu. Etrafında büyütülmedim

Havuzlar. Kendime yüzmeyi öğretmek zorunda kaldım. Kahretsin, ben bile olmamalıydım.

SEAL, ama başardım ve bunun beni grubun bir parçası yaptığını düşündüm, ama şimdi kardeşliğin değil, Takımların bir parçası olduğumu fark ettim.

Değerimi kanıtlamak için saatlerce dışarı çıkıp erkeklerle sosyalleşmem mi gerekiyordu? Benim gibi içine kapanık biri için bu büyük bir istekti.

Siktir et.

O müfrezeye yoğun bağlılığım nedeniyle gelmiştim ve değildim.

İnsanlar gece dışarıdayken ben taktikleri okuyordum.

Silahlar ve savaş. Kalıcı bir öğrenciydim! Aklımda bunun için antrenman yapıyordum.

Henüz var olmayan fırsatlar. O zamanlar katılmak için ekran gösteremezdiniz.

DEVGRU, siz ikinci müfrezenizi bitirene kadar, ama ben zaten

Bu fırsat için hazırlanıyordum ve kim olduğumdan taviz vermeyi reddettim.

Yazılı olmayan kurallarına uyarlar. DEVGRU (ve Ordunun Delta Kuvvetleri), en iyi özel operasyonlar içinde en iyisi olarak kabul edilir. Usame Bin Ladin baskını gibi mızraklı görevlerin ucunu alıyorlar ve o noktadan sonra, sadece vanilya Donanma SEAL'i olmakla tatmin olmayacağıma ve olamayacağıma karar verdim. Evet, sivillere kıyasla hepimiz sıra dışı, sert orospu çocuklarıydık, ama şimdi sıra dışı olanlar arasında bile sıra dışı olduğumu gördüm ve eğer ben oysam, o zaman öyleydim.

Lanet olsun. Kendimi daha da fazla ayırabilirim. Bu değerlendirmeden kısa bir süre sonra. İlk kez sabah yarışını kazandım. Son yarım milde Dana'yı ve İKT'yi es geçtim ve bir daha arkama bakmadım. Müfreze atamaları iki yıl sürer ve konuşlandırmamızın sonunda adamların çoğu bir sonraki müfrezeyle uğraşmadan önce biraz nefes almaya hazırdı. Dahil olduğumuz savaşlara bakılırsa, neredeyse garantiliydi.

İlk değerlendirmemden sonra ordunun diğer şubelerini (Sahil Güvenlik hariç) incelemeye başladım ve özel kuvvetlerini okudum. Navy SEALS, içlerinde en iyisi olduğumuzu düşünmeyi sever ama ben kendim görmek istedim. Tüm şubelerin en kötü ortamlarda öne çıkan birkaç kişiyi istihdam ettiğinden şüpheleniyordum. Beni daha iyi yapabileceklerini bildiğim için o adamları bulup onlarla antrenman yapmak için bir arayış içindeydim. Artı, şu Army Ranger'ı okurdum

Okul, tüm ordudaki en iyi olmasa da en iyi liderlik okullarından biri olarak biliniyordu, bu nedenle ilk müfrezem sırasında, konuşlandırmalar arasında Ordu Korucu Okuluna gitmek için onay almayı umarak İKT'me yedi fiş koydum. Daha fazla bilgiyi süngerlemek istedim. Ona söyledim ve özel bir operatör olarak daha yetenekli hale geldim.

Chits özel isteklerdir ve ilk altım dikkate alınmadı. Ben yeni bir adamdım. Ne de olsa ve bazıları, korkunç Ordu'ya sapmaktansa, Deniz Özel Harpleri içinde kalmam gerektiğini düşündü. Ama ilk müfrezemde iki yıl görev yaptıktan sonra kendi itibarımı kazanmıştım ve yedinci talebim, Beşinci Mühür Timi'nden sorumlu CO'ya kadar yükseldi. O imzayı attığında ben girdim.

İKT'm bana iyi haberi verdikten sonra "Goggins," dedi. "Sırf dayanmak için gerekenlere sahip olup olmadığınızı görmek için savaş esiri olmayı dileyen türden bir orospu çocuğusunuz."

O benim peşimdeydi. Nasıl bir insana dönüştüğümü biliyordu – kendime son derece meydan okumaya istekli bir adam tipi. El sıkıştık. İİT DEVGRU'ya gidiyordu ve yakında orada buluşma şansımız vardı. DEVGRU'nun devam eden iki savaşla ilk kez askere alma sürecini ilk müfrezeden adamları dahil etmek için açtığını söyledi. Her zaman daha fazlasını arayarak ve zihnimi ve bedenimi henüz var olmayan fırsatlara hazırlayarak. Ordu Korucu Okulu'na gitmeden hemen önce, Batı Yakası'nda SEAL Team Five tarafından DEVGRU'nun eğitim programı olan Green Team'in görüntülenmesi için onaylanan bir avuç adamdan biriydim.

Yeşil Takım tarama süreci iki gün boyunca gelişir. İlk gün, üç mil koşu, 1.200 metre yüzme, üç dakikalık mekik ve şınav ve maksimum şınav setini içeren fiziksel uygunluk bölümüdür. Herkesi içtim çünkü ilk müfrezem beni çok daha güçlü bir yüzücü ve daha iyi bir koşucu yapmıştı. İkinci gün, daha çok bir sorgulamaya benzeyen röportajdı. On sekiz kişilik tarama sınıfımdan sadece üç kişi Yeşil Takım için onaylandı. Onlardan biriydim, bu da teorik olarak ikinci takımımdan sonra DEVGRU'ya katılmaya bir adım daha yaklaşacağım anlamına geliyordu. Bekleyemedim. Aralık 2003'tü ve hayal ettiğim gibi, özel kuvvetler kariyerim hiper uzaya doğru ilerliyordu çünkü kendimi kanıtlamaya devam ettim.

Tekne ekiplerim, genellikle büyük bir sevgiyle, ama genel olarak diğer tekne ekiplerindeki adamların nasıl olduğu veya istifa edip etmedikleri umurumda değildi. Bu sefer sadece dışarı çıkmıyordum, aynı zamanda herkese de bakıyordum. Navigasyon, devriye gezme, koşmaya devam etme veya bütün gece uyanık kalma konusunda sorun yaşayan birini

görürsem, yardım etmek için hepimizin bir araya geldiğinden emin oldum. Herkes istemedi. Eğitim o kadar zordu ki, bazı çocuklar not verme saatinde olmadıklarında, minimum olanı yaptılar ve dinlenmek ve saklanmak için fırsatlar buldular. Korucu Okulu'nda geçirdiğim altmış dokuz gün boyunca bir saniye bile kaymadım. Gerçek bir lider oluyordum.

Korucu Okulu'nun tüm amacı, her erkeğe ne olduğunu tattırmaktır.

Üst düzey bir ekibe liderlik etmek için gerekenler. Saha tatbikatları bir operatörünki gibiydi.

Bir dayanıklılık yarışı ile harmanlanmış çöpçü avı. Altı boyunca

Navigasyon, silahlar, halat teknikleri üzerinde değerlendirildiğimiz test aşamaları,

Keşif ve genel liderlik. Saha testleri ünlüydü.

Spartalı gaddarlıkları ve üç ayrı eğitim aşamasını sınırladı.

İlk olarak, on iki kişilik gruplara ayrıldık ve birlikte Fort Benning aşaması için tepelerin eteklerinde beş gün dört gece geçirdik. Bize yememiz için çok az yiyecek veriliyordu -günde bir ya da iki MRE- ve her gece yalnızca birkaç saat uyku, bir dizi görevi tamamlayacağımız istasyonlar arasında ülkeler arası arazide gezinmek için zamanla yarışırken. Belirli bir beceride yeterliliğimizi kanıtlamak. Gruptaki liderlik erkekler arasında değişti.

Dağ aşaması, Fort Benning'den katlanarak daha zordu. Şimdi kuzey Georgia'daki dağlarda gezinmek için yirmi beş kişilik ekipler halinde gruplandırılmıştık ve dostum, Appalachia kışın çok soğuk oluyor. Dağ Aşaması sırasında Orak Hücre Özelliğine sahip siyah askerlerin öldüğüne dair hikayeler okumuştum ve Ordu, bir şeyler ters giderse sağlık görevlilerini uyarmak için kırmızı kılıflı özel künyeler takmamı istedi, ama ben adamlara liderlik ediyordum ve istemedim. Mürettebat beni hasta bir çocuk olarak düşünecek, bu yüzden kırmızı kasa hiçbir zaman künyelerime giden yolu tam olarak bulamadı.

Dağlarda diğerlerinin yanı sıra halatla inmeyi ve kaya tırmanışını öğrendik.

Dağcılık becerileri ve pusu teknikleri konusunda yetkin hale geldi ve

Dağ devriyesi. Bunu kanıtlamak için iki ayrı, dört gecelik sahaya çıktık.

FTXS olarak bilinen eğitim egzersizleri. İkinci FTX'imiz sırasında bir fırtına esti.

Saatte otuz mil hızla esen rüzgar buz ve karla uludu. Uyku tulumu ya da kalın giysiler taşımadık ve yine çok az yiyeceğimiz vardı. Isınmak için tek kullanabileceğimiz bir panço astarı ve birbirimizdi ki bu bir sorundu çünkü havadaki ekşimiş koku bize aitti. Doğru beslenmeden o kadar çok kalori yakmıştık ki, tüm yağımızı kaybetmiştik ve yakıt olarak kendi kas kütlemizi yakıyorduk. İğrenç koku gözlerimizi yaşarttı. Öğürme refleksini tetikledi. Görüş mesafesi birkaç metreye kadar daraldı. Adamlar hırıltılı nefes aldılar, öksürdüler ve matkapla yumruklandılar, gözleri dehşetle kocaman açılmıştı. O gece birinin donma, hipotermi veya zatürreden öleceğinden eminim.

Saha testleri sırasında uyumak için durduğunuzda, dinlenme kısadır ve dört yönde güvenliği sağlamanız gerekir, ancak o fırtına karşısında. Bravo müfrezesi desteklendi. Bunlar genellikle bir ton gururlu çok sert adamlardı, ancak her şeyden önce hayatta kalmaya odaklanmışlardı. Dürtüyü anladım ve eğitmenler hava durumu acil durum modunda olduğumuz için aldırmadı, ama bu bana ayrı durup örnek olma fırsatı sundu. O kış fırtınasına, sıra dışı insanlar arasında sıra dışı hale gelmek için bir platform olarak baktım.

Kim olursanız olun, hayat size sıra dışı olduğunuzu kanıtlayabileceğiniz benzer fırsatlar sunacaktır. Hayatın her kesiminden bu anların tadını çıkaran insanlar var ve onları gördüğümde onları hemen tanıyorum çünkü onlar genellikle tek başına olan o orospu çocuğu. Gece yarısı herkes bardayken hala ofiste olan takım elbiseli ya da kırk sekiz saatlik bir operasyondan çıktıktan hemen sonra spor salonuna giden belalı. O, yirmi dört saat boyunca bir yangında çalıştıktan sonra yatağını yere sermek yerine elektrikli testeresini bileyen vahşi arazi itfaiyecisi. Bu zihniyet hepimizde var. Erkek, kadın, heteroseksüel, gey, siyahi, beyaz ya da mor benekli. Hepimiz bütün gün ve gece uçarak sadece pis bir eve varan ve aileyi veya oda arkadaşlarını suçlamak yerine, yapılmamış görevleri görmezden gelmeyi reddettikleri için hemen evi temizleyen kişiler olabiliriz.

Dünyanın her yerinde böyle harika insanlar var. Üniforma giymek gerekmiyor. Mezun oldukları tüm zor okullarla ilgili değil. Tüm yamaları ve madalyaları. Yarın yokmuş gibi istemekle ilgili çünkü olmayabilir. Bu, kendinizden önce başkalarını düşünmek ve sizi diğerlerinden ayıran kendi etik kurallarınızı geliştirmekle ilgilidir.

Diğerleri. Bu etiklerden biri, her olumsuzluğu olumluya çevirme dürtüsü ve sonra bok uçmaya başladığında, önden liderlik etmeye hazır olmaktır.

Georgia dağının tepesindeki düşüncem, gerçek dünya senaryosunda, böyle bir fırtınanın bir düşman saldırısı için mükemmel bir koruma sağlayacağıydı, bu yüzden bir araya gelip ısınmaya çalışmadım. Daha derine baktım, buz ve kar katliamını memnuniyetle karşıladım ve batı çevresini sanki görevimmiş gibi tuttum – çünkü çok iyiydi! Ve her saniyesini sevdim. Rüzgâra gözlerimi kısarak baktım ve dolu yanaklarıma vururken, yanlış anlaşılan ruhumun derinliklerinden geceye haykırdım.

Birkaç adam beni duydu, kuzeydeki ağaç hattından fırladı ve dimdik durdu. Sonra doğuda ve güneye bakan yokuşun kenarında başka bir adam belirdi. Hepsi titriyordu, cimri panço astarlarına sarınmışlardı. Hiçbiri orada olmak istemedi ama ayağa kalktılar ve görevlerini yaptılar. Korucu Okulu tarihindeki en şiddetli fırtınalardan birine rağmen,

Eğitmenler telsizle soğuktan içeri girmemizi söyleyene kadar çevreyi tamamlayın.

Gerçekten. Sirk çadırı kurdular. İçeri girdik ve toplanıncaya kadar toplandık.

Fırtına geçti.

Korucu Okulu'ndaki son haftalara Florida Aşaması denir, on günlük bir FTX'te elli adam tek bir birim olarak GPS noktasından GPS

noktasına, panhandle'da gezinir. 1.500 fitte bir uçaktan Fort Walton Sahili yakınlarındaki soğuk bataklık alanlarına statik bir hat atlaması ile başladı. Nehirlerde yürüdük ve yüzdük, halat köprüler kurduk ve ellerimiz ve ayaklarımız diğer tarafa geri döndük. Kuru kalamazdık ve su sıcaklığı otuzların üzerinde ve kırkların altındaydı. Hepimiz, 1994 kışında havanın çok soğuduğu, dört olası Korucunun Florida Aşaması sırasında hipotermiden öldüğü hikayesini duymuştuk.

Sahile yakın olmak, taşaklarımı dondurmak bana Cehennem Haftası'nı hatırlattı. Ne zaman dursak, adamlar kafayı yemiş ve matkapla vuruyordu ama her zamanki gibi sıkı bir şekilde odaklandım ve herhangi bir zayıflık göstermeyi reddettim. Bu sefer konu hocalarımızın ruhunu almak değildi. Mücadele eden adamlara cesaret vermekle ilgiliydi. Adamlarımdan birinin halat köprüsünü bağlamasına yardım edecek olsam nehri altı kez geçerdim. Korucu sınıfına değerlerini kanıtlayana kadar süreç boyunca onlara adım adım yol gösterecektim.

Çok az uyuduk, daha da az yedik ve sürekli olarak keşif görevlerini aksattık, ara noktalara ulaştık, köprüler ve silahlar kurduk ve

Pusuya hazırlanırken sırayla elli kişilik bir gruba liderlik ediyor. O adamlar yorgundu, açtı, üşüdü, hüsrana uğradı ve artık orada olmak istemiyorlardı. Çoğu en uç noktasındaydı, yüzde 100'ü. Ben de oraya gidiyordum ama liderlik etme sırası bende olmadığında bile yardım ettim çünkü o altmış dokuz günlük Korucu Okulu'nda öğrendim ki eğer kendine lider demek istiyorsan, gereken bu.

Gerçek bir lider bitkin kalır, kibirden nefret eder ve asla en zayıf halkayı hor görmez. Adamları için savaşır ve örnek teşkil eder. Sıradışılar arasında sıra dışı olmanın anlamı buydu. En iyilerden biri olmak ve adamlarınızın da ellerinden gelenin en iyisini bulmasına

yardımcı olmak anlamına geliyordu. Bu, çok daha derine inmeyi dilediğim bir dersti, çünkü sadece birkaç hafta sonra liderlik departmanında bana meydan okunacak ve yetersiz kalacaktım.

Korucu Okulu o kadar zorluydu ve standartlar o kadar yüksekti ki, 308 adaylık bir sınıftan yalnızca doksan altı erkek mezun oldu ve bunların çoğu Bravo müfrezesindendi. Enlisted Honor Man ödülüne layık görüldüm ve yüzde 100 akran değerlendirmesi aldım. Benim için bu daha da önemliydi, çünkü sınıf arkadaşlarım, iş arkadaşlarım, zorlu koşullarda liderliğime değer vermişlerdi ve yan dalda bir bakış, bu koşulların ne kadar çetin olduğunu ortaya çıkarmıştı.

Korucu Okulu'nda elli altı pound kaybettim. Ölüm gibi görünüyordum. Yanaklarım çökmüştü. Gözlerim doldu. Pazı kasım kalmamıştı. Hepimiz zayıflamıştık. Çocuklar bloktan aşağı koşarken sorun yaşadılar. Tek seferde kırk şınav çekebilen erkekler artık tek bir şınav çekmekte zorlanıyordu. Ordu bunu bekliyordu ve Florida Aşamasının sonu ile mezuniyet arasında ailelerimiz kutlamak için uçmadan önce bizi şişmanlatmak için üç gün planladı.

Son FTX çağrılır çağrılmaz, doğruca yemek salonuna koştuk. Tepsime çörek, patates kızartması ve çizburger yığdım ve süt makinesini aramaya koyuldum. Moralim bozukken onca o lanet olası çikolatalı shake'leri içtikten sonra vücudum laktoza karşı toleranssız hale gelmişti ve yıllardır süt ürünlerine dokunmamıştım. Ama o gün küçük bir çocuk gibiydim, bir bardak süt için duyduğum ilkel özlemi bastıramıyordum.

Süt makinesini buldum, kolu aşağı çektim ve süzme peynir gibi tıknaz bir şekilde dışarıya akmasını kafam karışmış halde izledim. Omuz silktim ve kokladım. Her türlü yanlış kokuyordu, ama o bozulmuş sütü taze bir bardak tatlı çay gibi içtiğimi hatırlıyorum, başka bir iğrenç özel kuvvetler okulunun izniyle, bize çok şey yaşattı, sonunda hayatta kalan herkes soğuk bardağı için minnettardı.

Çoğu insan, Korucu Okulu'ndan kurtulmak ve biraz kilo almak için birkaç hafta ara verir. Çoğu insan bunu yapar. Mezuniyet günü, Sevgililer Günü, ikinci takımımla buluşmak için Coronado'ya uçtum. Bir kez daha, bu gecikme süresi eksikliğine sıra dışı olma fırsatı olarak baktım. Başka birinin izlediğinden değil ama iş zihniyete

gelince, diğer insanların dikkatinin nerede olduğunun bir önemi yok. Uymak zorunda olduğum kendi alışılmadık standartlarım vardı.

SEALS'te yaptığım her durakta, BUDS'tan o ilk müfrezeye ve Korucu Okulu'na kadar sert bir orospu çocuğu olarak biliniyordum ve ikinci takımımdaki İKT beni PT'nin başına getirdiğinde cesaretlendim çünkü bana şunu söylüyordu: Bana bir kez daha, yorulmak ve iyileşmek zorunda olan bir grup adamla birlikte indiğimi. İlham alarak, bizi savaşa hazırlamak için yapabileceğimiz şeytani şeyleri düşünmek için beynimi eğdim. Bu sefer hepimiz Irak'a konuşlandırılacağımızı biliyorduk ve savaştaki en zorlu SEAL müfrezesi olmamıza yardım etmeyi kendime görev edindim. Bu, orijinal Navy SEAL efsanesi tarafından belirlenen yüksek bir çıtaydı, hala beynimin derinliklerinde bir çapa gibi yerleşmişti. Efsanemiz, Pazartesi günü beş mil yüzecek, Salı günü yirmi mil koşacak ve Çarşamba günü 14.000 fitlik bir zirveye tırmanacak türden adamlar olduğumuzu söylüyordu ve benim beklentilerim çok yüksekti.

İlk hafta, çocuklar sabah 5'te koş-yüz-koş veya on iki millik bir koşu için toplandılar, ardından O-Course'da bir tur attılar. Kütükleri banketin üzerinden taşıdık ve yüzlerce şınav çektik. Bizi SEAL yapan zor şeyleri, gerçek boku, antrenmanları yaptırdım. Her gün antrenmanlar bir öncekinden daha zordu ve bir veya iki hafta boyunca insanları yıprattı. Özel harekâttaki her alfa erkeği yaptıkları her şeyde en iyi olmak ister ama PT'yi ben yönetirken her zaman en iyisi olamazlar.

Hepimiz yıkılıyor ve zayıflık gösteriyorduk. Fikir buydu ama her gün bu şekilde meydan okunmak istemiyorlardı. İkinci hafta boyunca, katılım işaretlendi ve İKÖ ve Genelkurmay Başkanı

Müfrezemiz beni kenara çekti.

“Bak dostum,” dedi İKT’miz, “bu çok aptalca. Biz ne yapıyoruz?” Şef, “Artık BUD/S’de değiliz, Goggins,” dedi.

Benim için bu BUD/S’de olmakla ilgili değildi, SEAL ahlakını yaşamak ve her gün Üç Dişli Mızrak’ı kazanmakla ilgiliydi. Bu adamlar, genellikle spor salonuna gitmek ve büyümek anlamına gelen kendi PT’lerini yapmak istediler. Fiziksel olarak cezalandırılmakla ilgilenmiyorlardı ve kesinlikle benim standartlarıma uymaya zorlanmakla ilgilenmiyorlardı. Tepkileri beni şaşırtmamalıydı ama kesinlikle beni hayal kırıklığına uğrattı ve onların liderliğine olan tüm saygımı kaybetmeme neden oldu.

Herkesin kariyerinin geri kalanında hayvan gibi çalışmak istemediğini anladım çünkü ben de o boku yapmak istemiyordum! Ama o müfrezedeki hemen hemen herkesle arama mesafe koyan şey, rahatlık arzumun beni yönetmesine izin vermemiş olmamdı. Daha fazlasını bulmak için kendimle savaşa girmeye kararlıydım çünkü BUD/S zihniyetini sürdürmenin ve her gün kendimizi kanıtlamanın görevimiz olduğuna inanıyordum. Donanma SEAL’lerine dünya çapında saygı duyulur ve Tanrı’nın yarattığı en sert adamlar oldukları düşünülür, ancak bu konuşma bunun her zaman doğru olmadığını anlamamı sağladı.

Hiç kimsenin rütbesinin olmadığı bir yer olan Korucu Okulu’ndan yeni gelmiştim. Bir general sınıfa girmiş olsa bile, hepimizin giymesi gereken aynı kıyafetleri giymiş olacaktı, temel eğitimin ilk gününde askere alınmış bir adamınki gibi. Hepimiz sıfırdan başlayarak, geleceği ve geçmişi olmayan, yeniden doğmuş kurtçuklardık. Bu konsepte bayıldım çünkü dış dünyada ne başarırsak başaralım, Korucular açısından bir bok olmadığımıza dair bir mesaj veriyordu. Ve bu metaforu kendim için sahiplendim, çünkü bu her zaman ve

sonsuza kadar doğrudur. Sporda, işte ya da hayatta ne başarırsak başaralım, tatmin olamayız. Hayat çok dinamik bir oyun. Ya iyiye gidiyoruz ya da kötüye gidiyoruz. Evet, zaferlerimizi kutlamalıyız. Zaferde dönüştürücü bir güç vardır, ancak kutlamamızdan sonra onu azaltmalı, yeni eğitim rejimleri, yeni hedefler hayal etmeli ve sıfırdan başlamalıyız.

Ertesi gün. Her gün sanki BUDS'a geri dönmüş gibi uyanıyorum, birinci gün, birinci hafta.

Sıfırdan başlamak, buzdolabımın asla dolmadığını ve asla dolmayacağını söyleyen bir zihniyettir. Zihinsel ve fiziksel olarak her zaman daha güçlü ve daha çevik olabiliriz. Her zaman daha yetenekli ve daha güvenilir olabiliriz. Durum bu olduğundan, işimizin bittiğini asla hissetmemeliyiz. Her zaman yapacak daha çok şey vardır.

Deneyimli bir dalgıç mısınız? Harika, teçhizatını bırak, derin bir nefes al ve yüz metrelik bir serbest dalgıç ol. Sert bir triatlet misin? Harika, kaya tırmanışını öğren. Çılgınca başarılı bir kariyerin tadını çıkarıyor musunuz? Harika, yeni bir dil veya beceri öğrenin. İkinci bir derece alın. Her zaman cehaleti kucaklamaya ve sınıfın aptalı olmaya istekli olun, çünkü bilgi birikiminizi ve çalışma bedeninizi genişletmenin tek yolu budur. Zihninizi genişletmenin tek yolu bu.

İkinci müfrezemin ikinci haftasında, Şefim ve İİT kartlarını gösterdi. Her gün statümüzü kazanmamız gerektiğini düşünmediklerini duymak yıkıcıydı. Elbette, yıllar boyunca birlikte çalıştığım tüm erkekler nispeten sert ve çok yetenekliydi. İşin zorluklarından, kardeşlikten ve süperstar muamelesi görmekten keyif aldılar. Hepsi SEAL olmayı seviyordu, ancak bazıları sıfırdan başlamakla ilgilenmiyordu çünkü sadece nadir havayı solumaya hak kazanarak zaten tatmin olmuşlardı. Şimdi, bu çok yaygın bir düşünce tarzıdır. Dünyadaki çoğu insan, eğer

kendilerini biraz zorlarlarsa, kendilerini ancak bir yere kadar zorlamaya isteklidirler. Rahat bir platoya ulaştıklarında, sakinleşirler ve ödüllerinin tadını çıkarırlar, ancak bu zihniyet için başka bir tabir vardır. Buna yumuşamak deniyor ve buna katlanamıyordum.

Bana kalırsa, korumam gereken kendi itibarım vardı ve müfrezenin geri kalanı benim özel yapımım cehennem manzarasından vazgeçtiğinde, omzumdaki çip daha da büyüdü. Antrenmanlarımı hızlandırdım ve lanet duygularını incitecek kadar sert bir şekilde dışarı çıkmaya yemin ettim. PT başkanı olarak iş tanımımda bu yoktu. Erkeklere daha fazlasını vermeleri için ilham vermem gerekiyordu. Bunun yerine, apaçık bir zayıflık olarak gördüğüm şeyi gördüm ve etkilenmediğimi bilmelerini sağladım.

Kısa bir hafta içinde liderliğim, Korucu Okulu'nda bulunduğum yerden ışık yılı kadar geriledi. Durumsal farkındalığımla (SA) bağlantımı kaybettim ve takımımdaki adamlara yeterince saygı duymadım. Bir lider olarak, yolumu zorlamaya çalışıyordum ve onlar buna karşı çıktılar. Memurlar dahil kimse elini bile sürmedi. Sanırım hepimiz en az dirençli yolu seçtik. Bunu fark etmedim çünkü fiziksel olarak her zamankinden daha sert gidiyordum.

Ve yanımda bir adam vardı. Sledge sert bir orospu çocuğuydu, San Bernardino'da büyümüştü, bir itfaiyeci ve bir sekreterin oğluydu ve benim gibi yüzme sınavını geçmek ve BUD S'ye hak kazanmak için kendi kendine yüzmeyi öğrendi. Sadece bir yaş büyüktü. Ama zaten dördüncü takımındaydı. Aynı zamanda ağır bir içiciydi, biraz fazla kiloluydu ve hayatını değiştirmek istiyordu. Şef, İKÖ ve ben konuştuktan sonraki sabah, Sledge sabah 5'te yola çıkmaya hazır olarak geldi. Sabah 4:30'dan beri oradaydım ve çoktan ter dökmüştüm.

“Antrenmanlarda yaptığın şeyi seviyorum” dedi, “ve devam etmek istiyorum.

Onları yapıyor.”

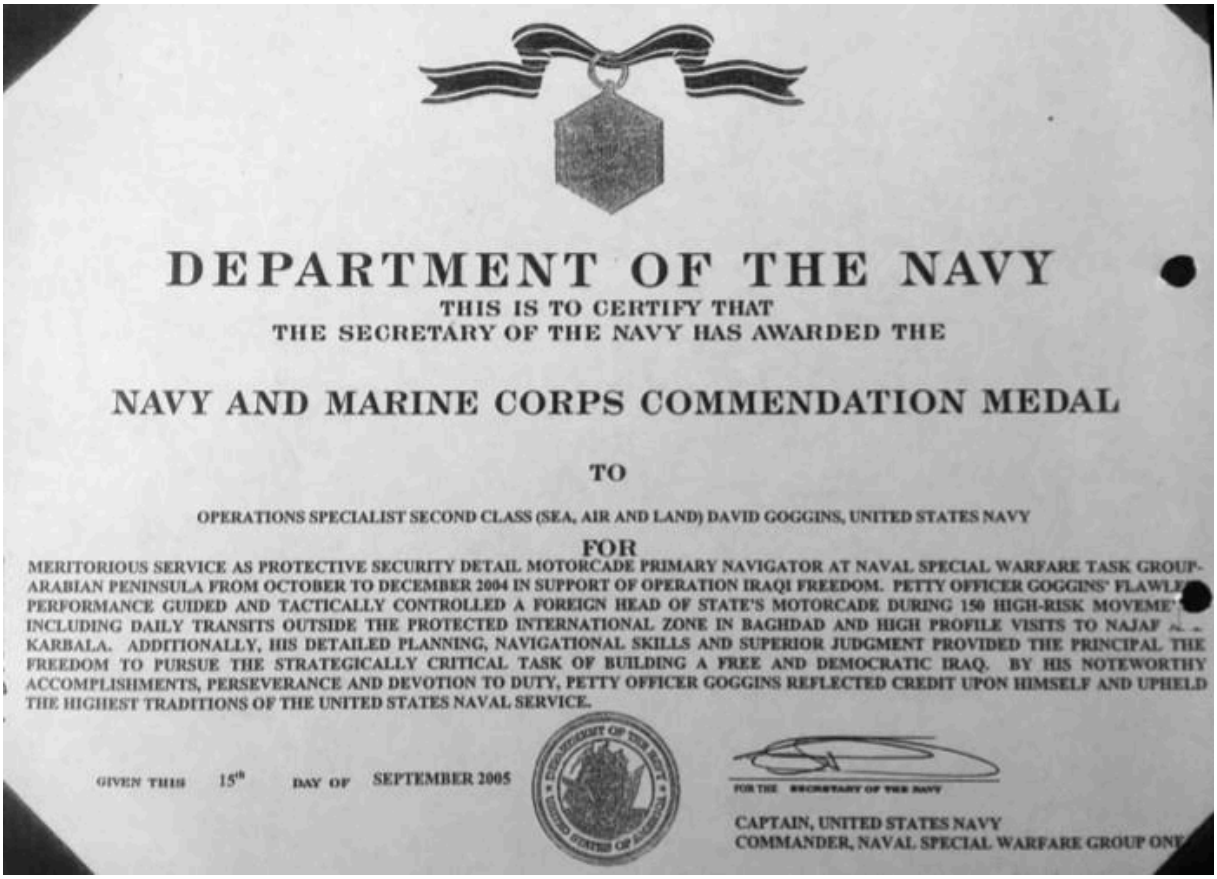
“Anlaşıldı.”

O andan itibaren, nerede konuşlanmış olursak olalım, ister Coronado, ister Niland, ister Irak olsun, her an peşinden koştuk. Sabah 4’te buluşur ve giderdik. Bazen bu, O-Course’a yüksek hızda çarpmadan önce bir dağın yamacından yukarı koşmak ve kütükleri setin üzerinden ve sahilden aşağı taşımak anlamına geliyordu. BUD/S’de genellikle altı adam bu kütükleri taşırdı. Sadece ikimiz ile yaptık. Başka bir gün, bir pull-up piramitini salladık, bir sete ulaştık, yirmiye kadar ve tekrar bir sete indirdik. Her setten sonra kırk fit yüksekliğinde bir ipe tırmanırdık. Kahvaltıdan önce bin şınav çekmek yeni mantramız oldu. İlk başta, Sledge on pull-up’tan oluşan bir seti sallamakta zorlandı. Aylar içinde otuz beş kilo vermişti ve onluk yüz sete ulaşıyordu!

Irak’ta uzun koşular yapmak imkansızdı, bu yüzden ağırlık odasında yaşıyorduk. Yüzlerce deadlift yaptık ve kalça kızağında saatler geçirdik. Aşırı eğitimin çok ötesine geçtik. Kas yorgunluğu ya da parçalanması umurumuzda değildi çünkü bir noktadan sonra bedenimizi değil zihnimizi eğitiyorduk. Antrenmanlarım bizi hızlı koşucular yapmak veya en güçlü olmak için tasarlanmadı.

Görevdeki adamlar. Olağanüstü rahatsız ortamlarda rahat kalabilmemiz için bizi işkenceye dayanmak üzere eğitiyordum. Ve bok zaman zaman rahatsız oldu.

Müfrezemiz içindeki net bölünmeye rağmen (Sledge ve ben, diğer herkese karşı) Irak'ta birlikte iyi hareket ettik. Ancak görev dışındayken, dönüştüğümüz kişi ile takımımdaki adamların kim olduğunu düşündüğüm kişi arasında büyük bir uçurum vardı ve hayal kırıklığım bunu gösterdi. Boktan tavrımı bir kefen gibi üzerime giydim, böylece bana takım takma adı David "Beni Yalnız Bırakın" Goggins'i kazandırdım ve hayal kırıklığımın kendi sorunum olduğunu anlamak için asla uyanmadım. Takım arkadaşlarımın hatası değil.



DEPARTMENT OF THE NAVY

THIS IS TO CERTIFY THAT
THE SECRETARY OF THE NAVY HAS AWARDED THE

NAVY AND MARINE CORPS COMMENDATION MEDAL

TO

OPERATIONS SPECIALIST SECOND CLASS (SEA, AIR AND LAND) DAVID GOGGINS, UNITED STATES NAVY

FOR

MERITORIOUS SERVICE AS PROTECTIVE SECURITY DETAIL MOTORCADE PRIMARY NAVIGATOR AT NAVAL SPECIAL WARFARE TASK GROUP-ARABIAN PENINSULA FROM OCTOBER TO DECEMBER 2004 IN SUPPORT OF OPERATION IRAQI FREEDOM. PETTY OFFICER GOGGINS' FLAWLE[SS] PERFORMANCE GUIDED AND TACTICALLY CONTROLLED A FOREIGN HEAD OF STATE'S MOTORCADE DURING 150 HIGH-RISK MOVEME[NTS] INCLUDING DAILY TRANSITS OUTSIDE THE PROTECTED INTERNATIONAL ZONE IN BAGHDAD AND HIGH PROFILE VISITS TO NAJAF [AND] KARBALA. ADDITIONALLY, HIS DETAILED PLANNING, NAVIGATIONAL SKILLS AND SUPERIOR JUDGMENT PROVIDED THE PRINCIPAL THE FREEDOM TO PURSUE THE STRATEGICALLY CRITICAL TASK OF BUILDING A FREE AND DEMOCRATIC IRAQ. BY HIS NOTEWORTHY ACCOMPLISHMENTS, PERSEVERANCE AND DEVOTION TO DUTY, PETTY OFFICER GOGGINS REFLECTED CREDIT UPON HIMSELF AND UPHELD THE HIGHEST TRADITIONS OF THE UNITED STATES NAVAL SERVICE.

GIVEN THIS 15th DAY OF SEPTEMBER 2005

FOR THE SECRETARY OF THE NAVY

CAPTAIN, UNITED STATES NAVY
COMMANDER, NAVAL SPECIAL WARFARE GROUP ONE

Sıradanlar arasında sıra dışı olmanın dezavantajı bu. Kendinizi, birlikte çalıştığınız insanların mevcut kapasitesinin veya geçici zihniyetinin ötesinde bir yere itebilirsiniz ve bunda sorun yoktur. Sadece sözde üstünlüğünüzün kendi egonuzun bir ürünü olduğunu bilin. Bu yüzden efendisi olma.

Çünkü bu sizin alanınızda bir ekip ya da bireysel olarak ilerlemenize yardımcı olmaz. Meslektaşlarınızın ayak uyduramadığı için kızmak yerine, meslektaşlarınızı toplayın ve yanınıza alın!

Hepimiz aynı savaşın içindeyiz. Hepimiz rahatlık ve performans arasında, vasatlıkla yetinmek veya her zaman en iyi benliğimiz olmak için acı çekmeye istekli olmak arasında parçalanmış durumdayız. Bu tür kararları her gün bir düzine veya daha fazla kez veriyoruz. PT başkanı olarak işim, adamlarımın sevdiğim Navy SEAL efsanesini yaşamalarını talep etmek değildi, kendilerinin en iyi versiyonları olmalarına yardımcı olmaktı. Ama asla dinlemedim ve liderlik etmedim. Bunun yerine sinirlendim ve takım arkadaşlarımı gösterdim. İki yıl boyunca sert adamı oynadım ve orijinal hatamı düzeltmek için asla sakin bir zihinle geri adım atmadım. Yaratılmasına yardım ettiğim boşluğu kapatmak için sayısız fırsatım oldu ama asla yapmadım ve bu bana pahalıya mal oldu.

Bunların hiçbirini hemen anlamadım çünkü ikinci müfrezemden sonra serbest düşme okuluna gitmem emredildi ve ardından saldırı eğitmeni oldum. Her ikisi de beni Yeşil Takım'a hazırlamak için planlanan görevlerdi. Saldırılar kritikti çünkü Yeşil Takım'dan atılan çoğu insan özensiz ev koşuşturmacaları nedeniyle kovuldu. Binaları temizlerken çok yavaş hareket ederler, çok kolay açığa çıkarlar veya güçlenirler ve mutlu bir şekilde tetiklenirler ve sonunda dost hedefleri vururlar. Bu becerileri öğretmek beni klinik, sinsi ve kapalı ortamlarda sakin yaptı ve DEVGRU ile Dam Neck, Virginia'da herhangi bir gün eğitim

almak için emirler almayı bekliyordum ama gelmediler. Benimle birlikte gösterimi sallayan diğer iki adam siparişlerini aldı. Benimki kaçtı.

Dam Neck'teki liderliği aradım. Bana tekrar taramamı söylediler ve işte o zaman bir şeylerin ters gittiğini anladım. Yaşadığım süreci düşündüm. Gerçekten daha iyisini yapmayı umuyor muydum? O boku içtim. Ama sonra daha çok iki adamın iyi polis, kötü polisi oynadığı bir sorgulama gibi hissettiren gerçek röportajı hatırladım. Beceri setimi veya Donanma bilgimi araştırmadılar. Sorularının yüzde seksen beşinin benim ameliyat yeteneğimle hiçbir ilgisi yoktu. O röportajın büyük bir kısmı ırkımla ilgiliydi.

"Biz bir grup iyi çocuğuz," dedi içlerinden biri, "ve kara şakalarla nasıl başa çıkacağını bilmemiz gerekiyor, kardeşim."

Sorularının çoğu, bu tek temanın ve tümünün bir varyasyonuydu. Gülümsedim ve düşündüm ki, ben buradaki en kötü orospu çocuğu olduğumda siz beyaz çocuklar nasıl hissedeceksiniz? Ama bunu söylemedim ve korkuttuğum ya da rahatsız olduğum için de değildi. O röportajda, orduda bulunduğum her yerden daha çok evimdeydim, çünkü hayatımda ilk kez her şey apaçık ortadaydı. Belki de dünyanın en saygın askeri organizasyonundaki bir avuç siyah adamdan biri olmanın kendine özgü zorlukları yokmuş gibi davranmaya çalışmıyorlardı. Bir adam agresif duruşu ve üslubuyla bana meydan okuyordu, diğeri soğukkanlılığını koruyordu ama ikisi de gerçekçiydi. DEVGRU'da zaten iki veya üç siyah adam vardı ve bana iç çevrelerine girmenin belirli şartlar ve koşullardan ayrılmamı gerektirdiğini söylüyorlardı. Ve hasta bir şekilde, bu mesajı ve beraberinde gelen meydan okumayı sevdim.

DEVGRU, SEAL'ler içinde sert, dönek bir ekipti ve böyle kalmasını istediler. Kimseyi medenileştirmek istemediler. Gelişmek veya değişmek istemiyorlardı ve ben nerede olduğumu ve kendimi neyin içine soktuğumu biliyordum. Bu ekip, mızraklı görevlerin en tehlikeli olanından sorumluydu. Beyaz bir adamın yeraltı dünyasıydı ve bu adamların, biri benimle dalga geçmeye başlarsa nasıl davranacağımı bilmeleri gerekiyordu. Duygularımı kontrol edebileceğime dair güvencelere ihtiyaçları vardı ve onların dilinden daha büyük bir amacı anladığımda, hareketlerinden alınamazdım. "Bak, hayatım boyunca ırkçılık yaşadım" diye cevap verdim. "ve orada

Siz pislikler bana yirmi kez duymadığım hiçbir şey söyleyemez

Önce, ama hazır ol. Çünkü sana lanet olasıca geri geleceğim!"

Zaman, bunun sesini beğenmiş görünüyorlardı.

Geri veren adam genellikle neredeyse iyi gitmez.

Green Team için siparişlerimi neden almadığımı asla bilemeyeceğim ve bunun bir önemi yok. Hayatımızdaki tüm değişkenleri kontrol edemeyiz. Bir hikayenin nasıl biteceğini belirleyen, iptal edilen veya bize sunulan fırsatlarla ne yaptığımızla ilgilidir. Tarama sürecini bir kez ezdim, tekrar yapabilirim diye düşünmek yerine sıfırdan başlayıp bunun yerine Ordunun DEVGRU versiyonu olan Delta Force'u taramaya karar verdim.

Delta Seçimi titizdir ve grubun anlaşılmaz doğası nedeniyle her zaman ilgimi çekmiştir. SEAL'lerin aksine, Delta'yı hiç duymadınız. Delta Selection taraması, bir IQ testi, niteliklerim ve savaş deneyimim ile

değerlendirmelerimi içeren eksiksiz bir askeri özgeçmişimi içeriyordu. Her askeri branştan en iyi adamlara karşı yarıştığımı ve sadece kremin bir davet uzatılacağını bilerek, hepsini birkaç gün içinde bir araya getirdim. Delta siparişlerim birkaç hafta içinde elime ulaştı. Bundan kısa bir süre sonra, Ordunun en iyi askerleri arasında bir yer için rekabet etmeye hazır olarak Batı Virginia dağlarına indim.

Garip bir şekilde, Delta boşluğunda bağırış ya da çığlık yoktu. Toplanma ve İİT yoktu. Oraya gelen adamların hepsi kendi kendine başlayanlardı ve emirlerimiz kışlada asılı bir tahtaya tebeşirle yazıldı. Üç gün boyunca yerleşkeden ayrılmamıza izin verilmedi. Odak noktamız dinlenme ve iklime uyum sağlamaktı, ancak dördüncü günde PT, iki dakikalık şınav, iki dakikalık mekik ve zamanlı iki millik koşuyu içeren temel tarama testiyle başladı. Herkesin bir asgari standardı karşılamasını ve uymayanların evlerine gönderilmesini bekliyorlardı. Oradan işler hemen ve giderek daha zor hale geldi. Aslında, aynı gecenin ilerleyen saatlerinde ilk yol yürüyüşümüzü yaptık. Delta'daki her şey gibi, mesafe de resmi olarak bilinmiyordu ama baştan sona on sekiz millik bir parkur olduğuna inanıyorum.

160 kişi, yaklaşık kırk kiloluk sırt çantalarımızla havalandığımızda hava soğuk ve çok karanlıktı. Çoğu erkek yavaş bir yürüyüşle başladı, kendi hızlarını ayarlamaktan ve yürüyüş yapmaktan memnundu. Ateşle havalandım ve ilk çeyrek milde herkesi geride bıraktım. Alışılmadık bir fırsat gördüm ve değerlendirdim. Ve herkesten yaklaşık otuz dakika önce bitirdim.

Delta Selection, dünyadaki en iyi oryantiring kursu. Sonraki on gün boyunca sabahları PT'yi dövdük ve geceye kadar gelişmiş kara seyrüsefer becerileri üzerinde çalıştık. Bir haritadaki yollar ve patikalar yerine araziyi okuyarak A'dan B'ye nasıl gideceğimizi öğrettiler. Parmakları ve kesikleri okumayı öğrendik ve eğer kafayı

bulursan kafayı bulmak istersin. Bize suyu takip etmemiz öğretildi. Karayı bu şekilde okumaya başladığınızda, haritanız canlanıyor ve hayatımda ilk kez oryantiring konusunda harika oldum. Mesafeyi değerlendirmeyi ve kendi topografik haritalarımızı nasıl çizeceğimizi öğrendik. İlk başta, vahşi topraklarda takip etmemiz için bir eğitmen görevlendirildi ve bu eğitmenler kıçını kaldırdı. Sonraki birkaç hafta kendi başımızaydık.

Teknik olarak hâlâ pratik yapıyorduk ama aynı zamanda yollara girmek yerine ülke çapında ilerlediğimizden emin olmak için derecelendiriliyor ve izleniyorduk.

Her şey, eğer o kadar ileri gidebilirsek, alanda yedi gün ve gece süren uzun bir final sınavıyla sonuçlandı. Bu bir ekip çalışması değildi. Bir yol noktasından diğerine gitmek için haritamızı ve pusulamızı kullanmak için her birimiz kendi başımızaydık. Her durakta bir Humvee vardı ve oradaki kadrolar (eğitmenlerimiz ve değerlendiricilerimiz) zamanımızı not edip bize bir sonraki koordinat setini verdiler. Her gün kendine özgü bir zorluktu ve test yapılmadan önce kaç noktada gezinmemiz gerektiğini asla bilemezdik. Artı, sadece kadroların bildiği bilinmeyen bir zaman sınırı vardı. Bitiş çizgisinde, geçip geçmediğimiz bize söylenmedi. Bunun yerine, üzeri örtülü iki Humvee'den birine yönlendirildik. İyi kamyon sizi bir sonraki kampa götürdü, kötü kamyon, eşyalarınızı toplayıp eve gitmeniz gereken üsse geri döndü. Çoğu zaman, kamyon duruncaya kadar emin olup olmadığımı bilmiyordum.

Beşinci gün, hâlâ Delta Force'u düşünen kabaca zayıf adamlardan biriydim. Sadece üç gün kalmıştı ve her testi sallıyordum, ölü bırakma zamanından en az doksan dakika önce geliyordum. Son test, bir kara navigasyonunun kırk millik top vuruşu olacaktı ve bunu dört gözle bekliyordum ama önce yapacak işlerim vardı. Yıkanmış suların

arasından sıçradım, eğimli ormanlık alanlara tırmandım ve düşünülemez olana kadar noktadan noktaya sırtlar boyunca başıboş dolaştım. Kayboldum. Yanlış tepedeydim. Haritamı ve pusulamı iki kez kontrol ettim ve güneye doğru doğru vadiye baktım.

Anlaşıldı!

Saat ilk kez bir faktör haline geldi. Düşme zamanını bilmiyordum ama çok yaklaştığımı biliyordum, bu yüzden dik bir yokuştan aşağı koştum ama ayağımı kaybettim. Sol ayağım iki kayanın arasına sıkıştı, bileğimin üzerinden yuvarlandım ve patladığını hissettim. Ağrı hemen hissedildi, saatimi kontrol ettim, dişlerimi gıcırdattım ve elimden geldiğince hızlı bir şekilde botumu bağladım, sonra dik bir yokuşu topallayarak doğru bayıra çıktım.

Bitişe kadar olan son aşamada ayak bileğim o kadar kötü patladı ki ağrıyı dindirmek için botumu çözmek zorunda kaldım. Yavaş hareket ettim, eve gönderileceğime ikna oldum.

Humvee'm bizi Delta Selection'ın sondan ikinci ana kampına indirdi, burada yaralanmam sayesinde ertesi günkü kara seyrüsefer testinin muhtemelen yeteneğimin ötesinde olduğunu bilerek bütün gece ayak bileğimi buz tuttum. Ama bırakmadım. Ortaya çıktım, karışımda kalmak için savaştım ama erken kontrol noktalarından birinde zamanımı kaçırdım ve o kadar. Başımı eğmedim. Çünkü sakatlıklar oluyor. Ona sahip olduğum her şeyi verdim ve böyle bir iş yaptığınızda, çabanız fark edilmeyecek.

Delta kadroları robot gibidir. Seçim boyunca herhangi bir kişilik göstermediler, ama ben yerleşkeden ayrılmaya hazırlanırken, içlerinden biri

Sorumlu memurlar beni ofisine çağırdı. “Goggins,” dedi elini uzatarak, “sen bir damızlıksın!

İyileş, geri gel ve tekrar dene. Harika bir katkı olacağınıza inanıyoruz.

Bir gün Delta Gücü.”

Ama ne zaman? İkinci kalp ameliyatımdan dalgalanan bir anestezi bulutu içinde geldim. Sağ omzumun üzerinden serum damlasına baktım ve damarlarıma giden akışı takip ettim. Tıbbi akla bağlıydım. Bipleyen kalp, benim kavrayamayacağım bir dilde bir hikaye anlatmak için kayıtlı verileri izler. Keşke akıcı konuşabilseydim, belki kalbimin nihayet bütün olup olmadığını, bir “bir gün” olup olmayacağını bilirdim. Elimi kalbimin üzerine koydum, gözlerimi kapattım ve ipuçlarını dinledim.

Delta’dan ayrıldıktan sonra SEAL Timlerine geri döndüm ve kara savaşına savaşçı yerine eğitmen olarak atandım. İlk başta moralim bozuldu. Becerilerimden, bağlılığımdan ve atletik yeteneğimden yoksun adamlar iki ülkede sahadaydı ve ben kimsenin olmadığı topraklara demir atmış, her şeyin nasıl bu kadar çabuk kontrolden çıktığını merak ediyordum. Cam bir tavana çarpmış gibi hissettim, ama hep orada mıydı yoksa kendim mi kaydırdım? Gerçek, ikisinin arasında bir yerdeydi.

Brezilya, Indiana’da yaşadığım için önyargının her yerde olduğunu fark ettim. Her insanda ve her organizasyonda ondan bir parça vardır ve herhangi bir durumda tek sizseniz, bununla nasıl başa çıkacağınıza karar vermek size kalmıştır çünkü onu ortadan kaldıramazsınız.

Yıllarca beni beslemek için kullandım çünkü tek olmanın çok büyük bir gücü var. Sizi kendi kaynaklarınızı tüketmeye ve haksız inceleme karşısında kendinize inanmaya zorlar. BT

Her başarıyı çok daha tatlı kılan zorluk derecesini arttırır. Bu yüzden kendimi sürekli olarak onunla karşılaşacağımı bildiğim durumların içine soktum. Bir odadaki tek kişi olmaktan bıktım. Savaşı insanlara getirdim ve mükemmelliğimin küçük beyinleri patlatmasını izledim. Arkama yaslanıp tek olduğum için ağlamadım. Harekete geçtim, siktir git dedim ve hissettiğim tüm önyargıları dinamit gibi o duvarları havaya uçurmak için kullandım.

Ama bu tür bir ham madde sizi hayatta ancak bir yere kadar götürür. O kadar çatışmacıydım ki yol boyunca gereksiz düşmanlar yarattım ve en iyi SEAL Ekiplerine erişimimi sınırlayan şeyin bu olduğuna inanıyorum. Kariyerim bir dönüm noktasında olduğundan, bu hatalar üzerinde duracak zamanım olmadı. Daha yüksek bir zemin bulmalı ve yarattığım negatifi başka bir pozitife çevirmeliydim. Sadece kara savaşı görevini kabul etmedim, olabileceğim en iyi eğitmen bendim. Ve kendi zamanımda, durmuş kariyerimi yeniden canlandıran ultra arayışımı başlatarak kendime yeni fırsatlar yarattım. Kırık bir kalple doğduğumu öğrenene kadar doğru yoldaydım.

Ancak bunun olumlu bir yanı da vardı. Ameliyat sonrası hastane yatağıma sıkışmış. Doktorlar, hemşireler, karım ve annem arasındaki konuşmalar beyaz bir gürültü gibi birbirine karışırken, bilincim bir girip bir çıkıyor gibiydi. Bütün bu süre boyunca tamamen uyanık olduğum hakkında hiçbir fikirleri yoktu. Yaralı kalp atışlarımı dinliyor ve içten içe gülümsüyorum. Sonunda benim şimdiye kadar yaşamış herhangi bir orospu çocuğu kadar sıra dışı biri olduğuma dair kesin, bilimsel kanıtlara sahip olduğumu bilmek.

GÖREV 9

Bu görev,bu dünyadaki sıra dışı orospu çocukları için.

Pek çok insan, belirli bir statü, saygı veya başarı düzeyine ulaştıklarında hayatta başarılı olduklarını düşünür.

Sana her zaman daha fazlasını bulman gerektiğini söylemek için buradayım.

Büyüklük, bir kez karşılaştığında sonsuza kadar seninle kalacak bir şey değildir.

Bu bok, sıcak bir tavada bir yağ parlaması gibi buharlaşır.

Gerçekten sıra dışılar arasında sıra dışı olmak istiyorsan bu büyüklüğü uzun süre sürdürmeyi gerektirecektir.

Sürekli arayış içinde olmayı ve bitmeyen bir çaba göstermeyi gerektirir.

Bu kulağa çekici gelebilir, ancak vermen gereken her şeyi ve sonra birazını gerektirecektir.

İnan bana, bu herkese göre değil çünkü tek bir odaklanma gerektirecek ve hayatındaki dengeyi bozabilir.

Gerçek bir başarı elde etmek için gereken budur ve zaten oyunlarının zirvesinde olan insanlarla çevriliysen, öne çıkmak için neyi farklı yapacaksın?

Sıradan insanlar arasında öne çıkmak ve küçük bir havuzda büyük bir balık olmak kolaydır.

Kurtlarla çevrili bir kurt olduğunuzda bu çok daha zor bir iştir.

Bu, yalnızca Wharton Business School'a girmek değil, aynı zamanda sınıfınızda 1. Sırada yer almak anlamına gelir.

Bu, sadece BUD/S'den mezun olmak değil,

aynı zamanda Ordu Korucu Okulunda Enlisted Honor Man olmak ve ardından dışarı çıkıp Badwater'ı bitirmek anlamına gelir.

Etrafında, iş arkadaşlarında ve takım arkadaşlarında toplandığını hissettiğin kayıtsızlığı bu nadide havada ateşe ver.

Önüne engeller koymaya devam et, çünkü burada daha da güçlenmene yardımcı olacak sürtünmeyi bulacaksın.

Bunu bilmeden önce, yalnız kalacaksın.

BÖLÜM 10

BAŞARISIZLIĞIN GÜÇLENDİRMESİ

27 EYLÜL 2012'DE 30 Rockefeller Center'ın yirmi dört saatlik bir sürede dünya rekoru kırmaya hazırlanan Rockefeller Center'ın ikinci katındaki derme çatma bir spor salonunda durdum. Plan buydu zaten. Savannah Guthrie, Guinness Rekorlar Kitabı'ndan bir yetkili ve Matt Lauer (evet, o lanet olası adam) ile birlikte oradaydı. Yine para toplamak için can atıyordum – bu sefer Özel Harekat Savaşçısı Vakfı için çok para ama o rekoru da istiyordum. Bunu elde etmek için The Today Show spot ışığı altında performans göstermem gerekiyordu.

Kafamdaki sayı 4.020 barfiks idi. İnsanüstü geliyor, değil mi? Bana da yaptı, ta ki parçalayıp yirmi dört saat boyunca her dakika, dakikada altı şınav çekebilseydim onu paramparça edeceğimi fark edene kadar. Bu, her dakika kabaca on saniye çaba ve elli saniye dinlenme demektir.

Kolay olmayacaktı ama verdiğim emek göz önüne alındığında yapılabilir olduğunu düşündüm. Son beş ila altı ayda 40.000'den fazla şınav çektim ve başka bir büyük mücadelenin eşiğinde olmak için can atıyordum. İkinci kalp ameliyatımdan bu yana yaşanan tüm iniş ve çıkışlardan sonra buna ihtiyacım vardı.

İyi haber, ameliyat işe yaradı. Hayatımda ilk kez tam olarak çalışan bir kalp kasım vardı ve koşmak ya da ata binmek için acelem yoktu.

İyileşmem konusunda sabırlıydım. Donanma zaten operasyon yapmama izin vermiyordu. Ve SEALS'te kalabilmek için konuşlandırılamaz, savaş dışı bir işi kabul etmem gerekiyordu. Amiral Winters beni askere almada iki yıl daha tuttu ve ben yolda kaldım, hikayemi istekli kulaklarla paylaştım ve kalpleri ve zihinleri kazanmak için çalıştım. Ama gerçekten yapmak istediğim tek şey yapmak için eğitildiğim şeydi.

Ve bu kavga! O yarayı atış poligonuna giderek iyileştirmeye çalıştım ama hedeflere ateş etmek beni daha da kötü hissettirdi.

2011 yılında, dört yılı aşkın bir süredir askere alındıktan ve kalp sorunlarım nedeniyle engelliler listesinde iki buçuk yıl geçirdikten sonra, nihayet tıbbi olarak tekrar ameliyat olmam onaylandı. Amiral Winters beni istediğim yere göndermeyi teklif etti. Benim fedakarlıklarımı ve hayallerimi biliyordu ve ona Delta ile bitmemiş bir işim olduğunu söyledim. Evraklarımı imzaladı ve beş yıllık bir bekleyişin ardından bir günüm gelmişti.

THE UNITED STATES OF AMERICA

THIS IS TO CERTIFY THAT
THE PRESIDENT OF THE UNITED STATES OF AMERICA
HAS AWARDED THE

MERITORIOUS SERVICE MEDAL

TO
SPECIAL WARFARE OPERATOR (SEA, AIR, AND LAND) DAVID GOGGINS
UNITED STATES NAVY

FOR

OUTSTANDING MERITORIOUS SERVICE FROM JUNE 2007 TO MAY 2010

GIVEN THIS 28TH DAY OF MAY 2010

FOR THE PRESIDENT
E. G. WINTERS
REAR ADMIRAL, UNITED STATES NAVY
COMMANDER, NAVAL SPECIAL WARFARE COMMAND

O büyük adamların arasına girip yarım yamalak bir çaba gösterin. Elimden gelenin en iyisini görmelerini sağlamak için daha da sert çıktım ve (o güvenilir söylenti değirmenine göre) kendi kurs rekorumu dokuz dakika farkla kırdım.

Benden duymak yerine. Delta Selection'da benimle birlikte olan adamlardan birine ulaştım ve aşağıda bunun nasıl olduğuna dair ilk elden anlatımı var.

Aşağı aşınma:

Yol yürüyüşü hakkında konuşmadan önce, ona giden günlerden biraz bağlam vermeliyim. Seçim'e geldiğinizde neyle karşılaşacağınız konusunda hiçbir fikriniz yok, herkes hikayeler duyuyor ama neler yaşamak üzere olduğunuza dair tam bir kavrayışa sahip değilsiniz... Bir havaalanında otobüs beklerken geldiğimi ve herkesin saçma sapan takıldığını hatırlıyorum. Birçok insan için yıllardır görmediğiniz bir arkadaş buluşmasıdır.

Burası aynı zamanda herkesi boyutlandırmaya başladığınız yerdir. İnsanların çoğunluğunun konuştuğunu veya dinlendiğini hatırlıyorum, çantasının üzerinde oturan, gergin görünen bir kişi vardı. Daha sonra öğreneceğim kişinin David Goggins olduğunu, en başından onun sondaki adamlardan biri olacağını söyleyebilirdiniz. Bir koşucu olarak onu tanıdım, ancak ilk birkaç gün sonrasına kadar hepsini bir araya getiremedim.

Sırf kursa başlamak için yapmanız gerektiğini bildiğiniz birkaç etkinlik var; bunlardan biri de yol yürüyüşü. Belirli mesafelere girmeden, oldukça uzak olacağını biliyordum ama büyük bir kısmında rahattım. Seçime geldiğimde, kariyerimin büyük bir kısmını Özel Kuvvetler'de geçirmiştim ve bir yol yürüyüşünü benden önce bitiren çok nadirdi. Sırtımda bir tulumla rahattım. Yola çıktığımızda hava biraz soğuktu ve çok karanlıktı ve havalanırken en rahat olduğum yerde, ön taraftaydım. İlk çeyrek mil içinde bir adam yanımdan geçti. Kendi kendime, "Bu tempoyu sürdürmesinin hiçbir yolu yok" diye düşündüm. Ama farındaki ışığın uzaklaşmaya devam ettiğini görebildim, parkur onu ezdikten sonra onu birkaç mil sonra göreceğimi düşündüm.

Bu özel yol yürüyüşü parkuru acımasız olmakla ünlüdür; Bir tepe vardı ki, çıkarken neredeyse önümde uzanıp yere değecektim, o kadar dikti ki. Bu noktada önümde tek bir adam vardı ve benimkinin iki katı uzunluğunda ayak izleri gördüm.

Adım uzunluğu. Hayret içindeydim. Tam olarak düşüncem şuydu: "Bu, gördüğüm en çılgın bok; o herif bu tepeye koştu." Sonraki birkaç saat boyunca, bir köşeyi dönüp onu yolun kenarında yatarken bulmayı bekliyordum ama bu hiç olmadı. Bitirdikten sonra eşyalarımı yerleştiriyordum ve David'in takıldığını gördüm. Bir süredir işi bitmişti. Seçim bireysel bir olay olsa da, beşlik çakan ve "Aferin" diyen ilk kişi oydu.

-T. 06/25/2018 tarihli bir e-postada

Bu performans, Seçim sınıfımdaki adamların ötesinde bir izlenim bıraktı. Geçenlerde başka bir SEAL olan Hawk'tan, konuşlandırmada birlikte çalıştığı bazı Ordu adamlarının, neredeyse bir şehir efsanesiymiş gibi, hala o ruck hakkında konuştuklarını duydum. Oradan, sınıfın en üstünde veya ona yakın bir yerde Delta Selection'ı ezip geçmeye devam ettim. Kara seyrüsefer becerilerim hiç olmadığı kadar iyiydi ama bu kolay olduğu anlamına gelmez. Yollar yasaktı, düz zemin yoktu ve günlerce donma noktasının altındaki sıcaklıklarda, yol noktaları alarak, haritaları okuyarak ve hepsi aynı görünen sayısız tepe, sırt ve çizerde dik yokuşlarda aşağı yukarı koştuk. Sık çalılıkların ve derin kar yığınlarının arasından geçtik, buzlu derelerin arasından su sıçrattık ve yüksek ağaçların kış iskeletlerini slalomladık. Acı vericiydi, zorluydu ve çok güzeldi ve ben onu içiyor, yapabilecekleri her testi eziyordum.

Delta Seçiminin ikinci gününden son gününe kadar her zamanki gibi ilk dört puanıma ulaştım. Çoğu gün, toplamda vurulacak beş ara nokta

vardı, bu yüzden beşincimi aldığımda kendime olan güvenim fazlasıyla arttı. Zihnimde siyah Daniel Boone'dum. Amacımı belirledim ve başka bir dik yokuştan aşağı indim. Yabancı arazide gezinmenin bir yolu elektrik hatlarını izlemektir ve uzaktaki bu hatlardan birinin doğrudan beşinci ve son noktama gittiğini görebiliyordum. Ülkeye koştum, çizgiyi takip ettim, bilincimi kapattım ve ileriyi hayal etmeye başladım. Geçen sefer iki gün önce ayak bileğimi kırdığım için denemeyi bile başaramadığım kırk millik kara navigasyonu olan final sınavını sallayacağımı biliyordum. Mezuniyetimi kaçınılmaz bir sonuç olarak görüyordum ve ondan sonra yine elit bir birimde koşuyor ve ateş ediyor olacaktım. Gözümün önüne getirdikçe daha da gerçek oldu ve hayal gücüm beni Appalachian Dağları'ndan çok uzağa götürdü.

Güç kaynağını takip etmekle ilgili olan şey, doğru hatta olduğunuzdan emin olsanız iyi olur! Eğitimime göre, sürekli olarak haritamı kontrol etmem gerekiyordu, bu yüzden yanlış bir adım atarsam, çok fazla zaman kaybetmeden yeniden ayarlayabilir ve doğru yöne gidebilirdim, ancak kendime o kadar aşırı güveniyordum ki, bunu yapmayı unuttum ve geri dönüşleri de çizmedim. Fantastik diyardan uyandığımda. Rotadan çok saptım ve neredeyse sınırların dışına çıktım!

Panik moduna girdim, haritada konumumu buldum, sağdaki elektrik hattına çarptım, dağın tepesine koştum ve beşinci noktama kadar koşmaya devam ettim. Düşüş saatine kadar hala doksan dakikam vardı ama bir sonraki Humvee'ye yaklaştığımda başka bir adamın bana doğru geldiğini gördüm!

"Nereye gidiyorsun?" Koşarken sordum.

"Altıncı noktama gidiyorum" dedi.

“Kahretsin, bugün beş puan yok mu?!”

“Hayır, bugün altı tane var, kardeşim.”

Saatimi kontrol ettim. Zaman çağırmadan önce kırk dakikadan biraz fazla zamanım vardı. Humvee’ye ulaştım, altıncı kontrol noktasının koordinatlarını aldım ve haritayı inceledim. Siktiğim sayesinde. İki net seçeneğim vardı. Kurallara göre oynayabilir ve ölü bırakma zamanını kaçırabilirdim ya da kuralları çiğneyebilir, emrimdeki yolları kullanabilir ve kendime bir şans verebilirdim. Benim tarafımda olan tek şey, özel operasyonlarda düşünen bir tetikçiyi, bir hedefe ulaşmak için ne gerekiyorsa yapmaya istekli bir askeri ödüllendirmeleriydi. Tek yapabildiğim, bana merhamet etmelerini ummaktı. Mümkün olan en iyi rotayı çizdim ve siktirip gittim. Ormanın etrafından dolandım, yolları kullandım ve yakınlarda bir kamyonun gümbürtüsünü duyduğumda siper aldım. Yarım saat sonra, başka bir dağın zirvesinde altıncı noktayı, bitiş çizgimizi görebildim. Saatime göre beş dakikam kalmıştı.

Yokuş aşağı uçtum, hızla koştum ve bir dakika farkla düşerek öldüm.

Nefesim kesildi, mürettebatımız bölündü ve kapalı yataklara yüklendi.

İki ayrı Humvee. İlk bakışta, erkek grubum güzel görünüyordu.

Ama altıncı puanımı ne zaman ve nerede aldığım düşünülürse, oradaki her kadro protokolden kaçtığımı bilmek zorundaydı. Ne düşüneceğimi bilemedim. Hala içeride miydim yoksa dışarıda mıydım?

Delta Selection'da, dışarıda olduğunuzdan emin olmanın bir yolu, bir günlük çalışmadan sonra hız tümsekleri hissederseniz, Hız tümsekleri üsse geri döndüğünüz ve eve erken gideceğiniz anlamına gelir. O gün, ilkinin bizi umutlarımızdan ve hayallerimizden kopardığını hissettiğimizde, bazı adamlar küfretmeye başladı, bazılarının gözleri yaşardı. 1 sadece başımı salladım.

"Goggins, senin burada ne işin var?" Bir adam sordu. O öyleydi

Yanında oturduğumu görünce şok olmuştum ama gerçekliğime teslim olmuştum.

Çünkü Delta eğitiminden mezun olmanın ve Seçimi bile bitirmemişken gücün bir parçası olmanın hayalini kuruyordum!

"Bana söylediklerini yapmadım," dedim, "eve gitmeyi hak ediyorum." "Saçmalık! Buradaki en iyi adamlardan birisin. Büyük bir hata yapıyorlar."

Öfkesini takdir ettim. Ben de başarmayı bekliyordum ama kararları beni üzemezdi. Delta polisi bir sınıfı C, B+ ve hatta A- eforuyla geçebilecek adamlar aramıyordu. Sadece A öğrencilerini kabul ettiler ve eğer çuvallarsanız ve yeteneğinizin altında bir performans sergilerseniz, sizi toparlarlar. Kahretsin, savaş alanında bir saniyeliğine hayal kurarsan, bu senin ve kardeşlerinden birinin hayatı anlamına gelebilir. Ben anladım.

“Hayır. Benim hatamdı.” Söyledim. “Buraya kadar odaklanarak ve elimden gelenin en iyisini yaparak geldim ve eve gidiyorum çünkü odağımı kaybettim.”

SEAL olmaya geri dönme zamanı gelmişti. Sonraki iki yıl boyunca SEAL Teslimat Araçları için SDV adlı gizli bir nakliye biriminin parçası olarak Honolulu’da bulundum. Red Wings Operasyonu en iyi bilinen SDV görevidir ve bunu sadece çok büyük bir haber olduğu için duydunuz. SDV çalışmalarının çoğu gölgelerde ve gözden uzak bir yerde gerçekleşir. Oraya iyi uyum sağladım ve

Tekrar faaliyete geçmek harikaydı. Oturma odamın penceresinden Pearl Harbor’ın göründüğü Ford Adası’nda yaşıyordum. Kate ve ben ayrılmıştık, bu yüzden şimdi gerçekten o Spartalı hayatı yaşıyordum ve hala işe gitmek için sabah 5’te uyanıyordum. İki rotam vardı, bir sekiz millik ve bir on millik ama hangisini seçersem seçeyim vücudum pek iyi tepki vermiyordu. Sadece birkaç mil sonra, şiddetli boyun ağrısı ve baş dönmesi hissederdim. Koşularım sırasında baş dönmesi nedeniyle oturmak zorunda kalacağım birkaç kez oldu.

Yıllarca, tüm vücut arızamızdan önce koşabileceğimiz mesafe konusunda hepimizin bir sınırı olduğuna dair bir şüphe beslemiştim ve benimkine yaklaşıp yaklaşmadığımı merak ettim. Vücudum hiç bu kadar gergin olmamıştı. BUD/S’den mezun olduktan sonra ilk kez fark ettiğim kafatasımın tabanında bir düğüm vardı. On yıl sonra boyutu iki katına çıktı. Kalça fleksörlerimin üzerinde de düğümler vardı. Her şeyi kontrol ettirmek için doktora gittim, ama tümörler bile değillerdi, çok daha az habis. Doktorlar beni ölümcül tehlikeden arındırdığında, onlarla yaşamam ve bir süreliğine uzun mesafe koşularını unutmam gerektiğini fark ettim.

Her zaman güvendiğiniz bir aktivite veya egzersiz sizden alındığında, örneğin koşmak benim içindi, zihinsel bir monotonluğa saplanmak ve herhangi bir egzersizi yapmaktan vazgeçmek kolaydır, ancak pes eden bir zihniyete sahip değildim. Barfiks çubuğuna yöneldim ve eskiden Sledge ile yaptığım antrenmanları tekrarladım. Kendimi zorlamamı sağlayan ve setler arasında mola verebildiğim için başımı döndürmeyen bir egzersizdi. Bir süre sonra, ulaşabileceğim bir pull-up kaydı olup olmadığını görmek için Google'da dolaştım. İşte o zaman, Stephen Hyland'ın yirmi dört saatlik 4.020 rekoru da dahil olmak üzere birçok pull-up kaydını okudum.

O zamanlar ultra koşucu olarak tanınıyordum ve tek bir şeyle tanınmak istemiyordum. Kim yapar? Kimse beni çok yönlü bir atlet olarak düşünmedi ve bu rekor bu dinamiği değiştirebilir. Kaç kişi 100, 150, hatta 200 mil koşabilir ve ayrıca günde 4.000'den fazla şınav çekebilir? Özel Harekat Savaşçısı Vakfı'nı aradım ve biraz daha para toplamaya yardım edip edemeyeceğimi sordum. Çok heyecanlandılar ve bir baktım ki, bir bağlantım ağ kurma becerilerini kullanarak beni kahrolası Today Show'a yazdırdı.

Denemeye hazırlanmak için hafta boyunca günde 400 barfiks çektim, bu da yaklaşık yetmiş dakikamı aldı. Cumartesi günü setler halinde 1.500 barfiks çektim.

Üç saatten fazla beş ila on tekrar ve Pazar günü tekrar 750'ye çevirdim. Tüm bu çalışmalar, göğüs kafesimi, triceps'i, biceps'i ve sırtımı güçlendirdi, omuz ve dirsek eklemlerimi aşırı cezalara hazırladı, güçlü bir goril tipi kavrama geliştirmeme yardımcı oldu ve laktik asit toleransımı geliştirdi, böylece kaslarım aşırı çalıştıktan sonra bile çalışmaya devam edebilirdi. Maç günü yaklaşırken. İyileşme süresini kısalttım ve iki saat boyunca her otuz saniyede bir

beş şınav çekmeye başladım. Daha sonra kollarım, aşırı gerilmiş lastik bantlar gibi gevşek bir şekilde iki yanıma düştü.

Rekor denememin arifesinde, annem ve amcam mürettebatıma yardım etmek için New York'a uçtular ve SEAL'ler son dakikada Today Show görünümümü neredeyse öldürene kadar hepimiz sistemlere bağlıydık. Usame Bin Ladin baskınının ilk elden anlatımı olan No Easy Day az önce ortaya çıktı. Bunu yaptıran DEVGRU birimindeki operatörlerden biri tarafından yazılmıştı ve Deniz Özel Harp subayları memnun değildi. Özel Operatörlerin sahada yaptığımız işlerin ayrıntılarını kamuoyuyla paylaşmamaları gerekiyor ve Ekiplerdeki pek çok kişi bu kitaba içerledi. Görünüşten çıkmam için doğrudan bir emir verildi, ki bu hiç mantıklı değildi. Operasyonlar hakkında konuşmak için kamera karşısına çıkmadım ve kendimi tanıtma görevinde değildim. Ölenlerin aileleri için bir milyon dolar toplamak istedim ve The Today Show televizyondaki en büyük sabah programıydı.

O zamana kadar neredeyse yirmi yıl orduda hizmet etmiştim, sicilimde tek bir ihlal bile olmamıştı ve önceki dört yıl boyunca Donanma beni poster çocukları olarak kullanmıştı. Beni reklam panolarına koydular, CNN'de röportaj yaptım ve NBC'de uçaktan atladım. Beni işe alma misyonlarına yardımcı olan düzinelerce dergi ve gazete haberine yerleştirdiler. Şimdi sebepsiz yere beni boğmaya çalışıyorlardı. Kahretsin, neyi söyleyebileceğimi ve söyleyemeyeceğimin kurallarını bilen biri varsa, o benim. Son anda, Donanmanın hukuk departmanı devam etmem için beni temize çıkardı.

Görüşmem kısa sürdü. Hayat hikayemin bir Cliffs Notes versiyonunu anlattım ve rekor kırılana kadar sıvı bir diyet yapacağımdan, tek

beslenmem olarak karbonhidrat yüklü bir spor içeceği içeceğimden bahsetmiştim.

“Yarın her şey bittiğinde sana ne pişirelim?” Savannah Guthrie yanıtladı. Güldüm ve eşlik ettim, çok hoştu ama olayı çarpıtma, rahat bölgemin çok dışındaydım. Kendimle savaşa girmek üzereydim ama öyle görünmüyor ya da öyle davranmıyordum. Saat ilerlerken gömleğimi çıkardım ve sadece bir çift hafif, siyah koşu şortu ve koşu ayakkabısı giydim.

“Vay canına, aynada kendime bakmak gibi bir şey,” diye şaka yaptı Lauer, eliyle işaret ederek.

Ben. “Bu bölüm daha da ilginç hale geldi.” Dedi Savannah. “Pekala David, sana iyi şanslar. İzleyeceğiz.”

Birisi Rocky’nin tema şarkısı Going the Distance’a bastı ve ben barfiks çubuğuna adım attım. Mat siyaha boyanmış, beyaz bantla sarılmış ve beyaz harflerle ZAYIFLIK GÖSTERMEYİN ibaresi şablonla çizilmişti. Gri eldivenlerimi takarken son sözü söyledim.

“Lütfen suecialops.org’a bağış yapın.” Söyledim. “Bir milyon dolar toplamaya çalışıyoruz.”

“Tamam, hazır mısın?” diye sordu. “Üç...iki...bir...David, git!”

Bununla birlikte, saat başladı ve ben sekiz setlik bir barfiks çektim. Guinness Rekorlar Kitabı’nın koyduğu kurallar açıktı. Her pull-up’a

kollarım tamamen açıkken ölü bir askıdan başlamak zorunda kaldım ve çenem barı aşmak zorunda kaldı.

“İşte başlıyor,” dedi Savannah.

Kameraya gülümsedim ve rahatlamış göründüm ama o ilk barfiksler bile doğru gelmiyordu. Bunun bir kısmı durumsaldı. Güneş ışığını çeken ve sıcak gösteri ışıklarını yansıtan cam kutulu bir akvaryumda yalnız bir balıktım. Diğer yarısı ise teknikti. Daha ilk barfiksten itibaren barın alışık olduğumdan çok daha fazla verim verdiğini fark ettim. Her zamanki gücüm yoktu ve uzun bir gün bekliyordum. İlk başta, bu saçmalığı engelledim. Zorunda. Daha gevşek bir çubuk, daha güçlü bir çaba anlamına geliyordu ve bana sıra dışı olmam için başka bir fırsat verdi.

Gün boyunca aşağıdaki sokaktan geçen insanlar el salladı ve tezahürat yaptı. Karşılık verdim, planıma sadık kaldım ve her dakika, her dakika altı barfiks çektim ama o çürük bar yüzünden kolay değildi. Gücüm dağılmıştı ve yüzlerce barfiksten sonra dağılma bedelini ödedi. Sonraki her çekiş, muazzam bir çaba, daha güçlü bir tutuş gerektiriyordu ve 1.500 işaretinde ön kollarım cehennem gibi ağrıyordu. Masaj terapistim setler arasında onları ovuşturdu ama üst vücudumdaki her kasın içine sızan laktik asitle şiştiler.

Altı saatten uzun bir süre sonra ve bankada 2.000 barfiks çektim.

İlk on dakikalık molam. Yirmi dört saatlik hızımın epey ilerisindeydim,

Ve güneş ufukta daha alçaldı, bu da civadaki cıva miktarını azalttı.

Yönetilebilir oda. Tüm stüdyo kapatılacak kadar geç olmuştu. Sadece ben, birkaç arkadaş, bir masaj terapisti ve annem vardı. Today Show kameraları beni izlemek ve düzenlemelere uyduğumdan emin olmak için kuruldu ve çalışmaya başladı. Daha 2.000'den fazla barfiks çektim ve o gün ilk defa şüphe beynimde bir yuva oluşturdu.

Negatifliğimi dile getirmedim ve ikinci yarı için zihnimi sıfırlamaya çalıştım ama gerçek şu ki tüm planım cehenneme dönmüştü. Karbonhidrat içeceğim bana ihtiyacım olan gücü vermiyordu ve bir B planım yoktu, bu yüzden bir çizburger ısmarlayıp mideye indirdim. Biraz gerçek yemek yemek iyi hissettirdi. Bu sırada ekibim barı kirişlerdeki borulara bağlayarak stabilize etmeye çalıştı ama umduğum gibi sistemimi şarj etmek yerine uzun aranın olumsuz etkisi oldu

Vücudum kapanıyordu, zihnim panikle dönüyordu çünkü bir söz vermiştim ve para toplamak ve bir rekor kırmak için bir arayışa adımı koymuştum ve bu dünyada bunu başarabilmemin hiçbir yolu olmadığını zaten biliyordum. Dakikada ortalama iki barfiksin altında olan 500 barfiks çekmem beş saatimi aldı. Tipik bir Cumartesi günü spor salonunda üç saat içinde hiçbir kötü etki olmadan sallayabileceğimden sadece 1.000 daha fazla barfiks çektikten sonra tam kas yetmezliğinin eşiğindeydim. Bu nasıl mümkün oldu?

Zorla geçmeye çalıştım ama gerginlik ve laktik asit sistemimi alt etmişti ve üst bedenim bir hamur parçasıydı. Hayatımda daha önce hiç

kas yetmezliği yaşamamıştım. BUD/S'de kırık bacaklarla koşmuş, kırık ayaklarla yaklaşık yüz mil koşmuş ve kalbimde bir delik ile düzinelerce fiziksel başarı elde etmiştim. Ama gece geç saatlerde NBC kulesinin ikinci katında fişi çektim. 2.500. barfiksten sonra, çenemin barı geçmesi şöyle dursun, ellerimi zar zor barı kavrayacak kadar yukarı kaldırabildim ve öylece bitti. Savannah ve Matt ile kutlama kahvaltısı olmayacaktı. Hiç kutlama olmayacaktı. Başarısız oldum ve milyonlarca insanın önünde başarısız oldum.

Utanç ve sefalet içinde mi başımı öne eğdim yani? Hayır! Bana göre başarısızlık, gelecekteki başarıya giden bir basamaktır. Ertesi sabah telefonum çalıyordu, bu yüzden onu otel odamda bıraktım ve Central Park'ta koşmaya gittim. İyi yaptığım ve eksik kaldığım şeyleri gözden geçirmek için sıfır dikkat dağıtmaya ve yeterince zamana ihtiyacım vardı. Orduda, her gerçek dünya görevinden veya saha tatbikatından sonra, canlı otopsi işlevi gören Eylem Sonrası Raporları (AARS) doldururuz.

Sonuç ne olursa olsun onları yapıyoruz ve benim gibi bir başarısızlığı analiz ediyorsanız, AAR kesinlikle çok önemlidir. Çünkü keşfedilmemiş bir bölgeye gittiğinizde incelenecek kitap, izlenecek YouTube eğitim videosu yok. Tek okumam gereken hatalarımdı ve tüm değişkenleri dikkate aldım.

Her şeyden önce, o programa asla gitmemeliydim. Motivasyonum sağlamdı. Farkındalığı artırmaya ve vakıf için para toplamaya çalışmak iyi bir fikirdi ve umduğum miktarı artırmak için maruz kalmam gerekse de, önce parayı düşünerek (her zaman kötü bir fikirdir) elimdeki göreve odaklanmıyordum. Bu rekoru kırmak için. Optimal bir ortama ihtiyacım vardı ve bunun farkına varmak beni sürpriz bir saldırı gibi patlattı. Rekora girerken yeterince saygı duymadım. Bir kamyonetin arkasına cıvatalanmış paslı bir çubukta

gevşek şoklarla kırabileceğimi düşündüm, bu yüzden çıtayı maç gününden önce iki kez test etsem de, beni hiçbir zaman bir değişiklik yapacak kadar rahatsız etmedi ve odaklanma ve ayrıntılara dikkat eksikliğim bana ölümsüzlük şansına mal oldu. Ayrıca odaya girip çıkan, setler arasında fotoğraf isteyen çok fazla kabarcıklı görünümlü tuvalet vardı. Bu, selfie çağının başlangıcıydı. Ve bu hastalık kesinlikle benim kahrolası güvenli alanımı işgal etti.

Açıkçası tatilim çok uzun sürdü. Masajın şişliği ve laktik asit oluşumunu önleyeceğini düşündüm ama bu konuda da yanılmışım ve krampları önlemek için daha fazla tuz tableti almalıydım. Girişimden önce, nefret edenler beni çevrimiçi buldular ve başarısızlığımı tahmin ettiler, ancak onları görmezden geldim ve olumsuzluklarında yatan acı gerçekleri tam olarak özümsememiştim. Çok çalıştığım sürece rekorun benim olacağını düşündüm ve sonuç olarak olması gerektiği kadar iyi hazırlanmadım.

Bilinmeyen faktörlere hazırlanamazsınız, ancak daha iyi bir oyun öncesi varsa

Odaklanın, muhtemelen on yerine bir veya iki ile uğraşmanız gerekecek. İçinde

New York, çok fazla köpürtü ve bilinmeyen faktörler genellikle bir uyanışı alevlendiriyor

Şüphe. Daha sonra, nefret ettiğim kişilerle göz göze geldim ve şunu kabul ettim:

Hata payım küçüktü, 210 pound ağırlığındaydım, benden çok daha ağırdı

Bu rekoru kırmaya çalışan herhangi biri ve benim olasılığım kıyaslanırsa

Başarısızlık yüksekti.

İki hafta boyunca bir barfiks çubuğuna dokunmadım ama bir kez Honolulu'ya döndüm! Ev spor salonumda dövülmüş setler ve bardaki farkı doğru şekilde fark ettim. Yine de, her şeyi o gevşek çubukta suçlamanın cazibesine direnmek zorunda kaldım çünkü daha sert bir çubuğun fazladan 1.521 pull-up'a dönüşmeme olasılığı vardı. Jimnastik tebeşiri, eldiven ve bantlama sistemlerini araştırdım. Örnekledim ve denedim.

Bu kez setler arasında beni serinletmesi için barın altına bir fan seti istedim ve beslenmemi değiştirdim. Saf karbonhidratları tüketmek yerine, krampları önlemek için biraz protein ve muz ekledim. Rekoru denemek için bir yer seçme zamanı geldiğinde, özümde kim olduğuma geri dönmem gerektiğini biliyordum. Bu, parıltıyı kaybetmek ve bir zindanda dükkan açmak anlamına geliyordu. Ve Nashville'e yaptığım bir gezide, tam yeri buldum, annemin evinden bir mil uzakta, Nandor Tamaska adlı eski bir denizciye ait bir Crossfit spor salonu.

Birkaç kez e-posta gönderdikten sonra, onunla buluşmak için Crossfit Brentwood Hills'e koştum. Bir alışveriş merkezinde, Target'tan birkaç kapı aşağıdaydı ve yer hakkında süslü hiçbir şey yoktu. Siyah mat zeminler, tebeşir kovaları, demir raflar ve iş yapan bir sürü sert orospu çocuğu vardı. İçeri girdiğimde yaptığım ilk şey barfiks çubuğunu alıp sallamak oldu. Tam tahmin ettiğim gibi yere çivilenmişti. Barda biraz

sallanmak bile setin ortasında tutuşumu ayarlamamı gerektirebilir ve hedefiniz 4.021 barfiks olduğunda,

Tüm küçük hareketler, boşa giden bir enerji rezervuarında birikir ve bu da çok pahalıya mal olur.

“Tam ihtiyacım olan şey bu,” dedim barı kavrayarak “Evet.” Nandor dedi. “Çömelme raflarımız kadar sağlam olmaları gerekiyor.”

Gücüne ve stabilitesine ek olarak, doğru yükseklikteydi. Ben istemedim.

Kısa çubuk, çünkü bacaklarınızı bükmek hamstringlerde kramplara neden olabilir.

Parmak uçlarımda dururken yakalayabileceğim kadar yükseğe ihtiyacım vardı.

Nandor’un bu görev için mükemmel bir işbirlikçi olduğunu hemen söyleyebilirim. Askere alınmış bir adamdı, Crossfit’e girdi ve ilk spor salonunu açmak için eşi ve ailesiyle birlikte Atlanta’dan Nashville’e taşındı. Pek çok insan kapılarını açıp bir yabancının spor salonlarını ele geçirmesine izin vermeye istekli değildir, ancak Nandor, Savaşçı Vakfı davasıyla alt üst olmuştur.

İkinci denememem Kasım için planlanmıştı ve beş hafta boyunca Hawaii’deki ev spor salonumda günde 500-1.300 barfiks çektim. Son ada seansımda, beş saat içinde 2.000 barfiks çektim, ardından denememden altı gün önce varan Nashville uçağına yetiştim.

Nandor, spor salonunun üyelerini tanık ve destek ekibim olarak hareket etmeleri için topladı. Çalma listesini halletti, tebeşiri tedarik etti ve ihtiyacım olursa diye arkada bir dinlenme odası kurdu. Bir de basın açıklaması yaptı. Maç gününden önce onun spor salonunda antrenman yaptım ve yerel bir haber kanalı haber vermek için geldi. Yerel gazete de bir haber yaptı. Küçük ölçekliydi, ancak Nashville, özellikle Crossfit bağımlıları merak etmeye başladı. Birçoğu sahneyi özümsemek için geldi. Geçenlerde Nandor ile konuştum ve ifade edişini beğendim.

“İnsanlar onlarca yıldır koşuyor ve uzun mesafeler koşuyor, ancak 4.000 barfiks, insan vücudu bunu yapmak için tasarlanmadı. Bu yüzden böyle bir şeye tanık olma şansı elde etmek oldukça güzeldi.”

Girişimden önceki tüm gün dinlendim ve spor salonuna geldiğimde kendimi güçlü hissettim ve önümdeki mayın tarlasına hazırlandım. Nandor ve annem her şeyi çevirmek için işbirliği yaptılar. Duvarda sayımı da izleyen şık bir dijital zamanlayıcı vardı, ayrıca yedek olarak çalışan pille çalışan iki duvar saati vardı. Guinness Rekorlar Kitabı vardı

Çubuğun üzerinde asılı duran pankartı ve bir video ekibini kaydeder çünkü her tekrar

Potansiyel inceleme için kaydedilmesi gerekiyordu. Kasedim doğruydu. Eldivenlerim

Mükemmel. Çubuk sağlam cıvatalıydı ve başladığımda performansım

Patlayıcıydı.

Rakamlar aynı kaldı. Her dakika altı şınav çekmeye çalışıyordum ve ilk on sette göğüs hizamda yükseldim. Sonra gereksiz hareketi ve boşa harcanan enerjiyi en aza indirgemek için oyun planımı hatırladım. İlk denememde çenemi barın üzerine çıkarmak için baskı hissettim, ancak tüm bu fazladan boşluk iyi bir gösteri için yapılmış olsa da, kahrolası rekoru almama yardımcı olmadı ve olmayacaktı. Bu sefer kendi kendime barı çenemle zar zor temizlememi ve kollarımı ve ellerimi yoklama dışında hiçbir şey için kullanmamamı söyledim.

New York'ta yaptığım gibi su şişeme uzanmak yerine, onu bir tahta kutular yığınının üzerine koydum (kutu atlamaları için kullanılan türden), bu yüzden tek yapmam gereken dönüp bir kamışla besinimi emmekti. İlk yudum, yukarı çekme hareketimi geri çevirmem için beni tetikledi ve o andan itibaren sayıları biriktirirken disiplinli kaldım. Oyunumun başındaydım ve cehennem gibi kendime güveniyordum. Sadece 4.020 pull-up düşünmüyordum. Tam yirmi dört saat gitmek istedim. Bunu yapsaydım, 5.000, hatta 6.000 mümkündü!

Aniden ortaya çıkabilecek ve girişimi raydan çıkarabilecek herhangi bir fiziksel sorun olup olmadığına bakmak için son derece tetikte kaldım. Neredeyse dört saat ve 1.300 barfiks çektikten sonra ellerim su toplamaya başlayana kadar her şey pürüzsüzdü. Setler arasında annem bana Second Skin ile vurdu, böylece kesintilerin üstünde kalabileyim. Bu benim için yeni bir sorundu ve girişimimden önce sosyal medyada okuduğum tüm şüpheli yorumları hatırladım.

Kollarım çok uzun dediler. Çok kilo verdim Formum ideal değildi. Ellerime çok fazla baskı uyguladım. Bu son yorumu dikkate almamıştım çünkü ilk denememde avuç içi sorunlarım yoktu, ancak

saniyemin ortasında bunun ilk çubuğun çok fazla vermesi nedeniyle olduğunu fark ettim. Bu sefer daha fazla dengeye ve güce sahiptim ama zamanla o sert çubuk hasar verdi.

Yine de çalıştım ve 1.700 barfiks çektikten sonra ön kollarım ağrımaya başladı ve kollarımı büktüğümde pazılarım da sıkıştı. Bu hisleri ilk gidişimden hatırladım. Krampların başlangıcıydı, bu yüzden setler arasında tuz tabletleri indirdim ve iki muz yedim ve bu, kas rahatsızlığımı halletti. Avuç içlerim daha da kötüleşmeye devam etti.

Yüz elli şınav çektikten sonra eldivenlerimin altından ortadan aşağı doğru fırladıklarını hissedebiliyordum. Durup sorunu çözmeye çalışmam gerektiğini biliyordum ama bunun vücudumun katılaşmasına ve kapanmasına neden olabileceğini de biliyordum. Aynı anda iki yangınla mücadele ediyordum ve önce nereye ateş edeceğimi bilmiyordum. Dakika dakika ilerlemeyi seçtim ve arada farklı çözümler denedim. Önce iki, sonra üç çift eldiven giydim. Eski dostum koli bandına başvurdum. Yardımcı olmadı Barı pedlere saramadım çünkü bu Guinness kurallarına aykırıydı. Tek yapabildiğim, savaşta kalmak için her şeyi ve her şeyi denemekti.

Girişimin on saatinde bir duvara çarptım. Dakikada üç barfiks çekiyordum. Ağrı dayanılmazdı ve biraz rahatlamaya ihtiyacım vardı. Sağ eldivenimi çıkardım. Onunla birlikte deri katmanları da çıktı. Avucum çiğ hamburger gibi görünüyordu. Annem yakınlarda yaşayan doktor arkadaşı Regina'yı aradı ve ikimiz onu beklemek ve rekor denememi kurtarmaya çalışmak için arka odaya gittik. Regina geldiğinde durumu değerlendirdi, bir şırınga çıkardı, içine lokal anestezik doldurdu ve iğneyi sağ elimdeki açık yaraya batırdı.

Etrafa baktı. Kalbim gümbür gümbür atıyordu, derimin her santimi terle dolmuştu. Kaslarımın soğuduğunu ve sertleştiğini hissedebiliyordum ama başımı salladım, arkamı döndüm ve o iğneyi derine batırdı. Çok canımı yaktı ama ilk çığlığımı içimde tuttum. Zayıflık gösterme sloganım olarak kaldı ama bu kendimi güçlü hissettiğim anlamına gelmiyordu. Annem ikinci atışı bekleyerek sol eldivenimi çıkardı ama Regina pazılarımdaki şişliği ve kollarımdaki şişkin spazmları incelemekle meşguldü.

“Rabdomiyoliz geçiriyor gibi görünüyorsun, David,” dedi. “Devam etmemelisin. Bu tehlikeli.” Ne hakkında konuştuğu hakkında hiçbir fikrim yoktu, bu yüzden sözünü kesti.

Bir kas grubu çok uzun süre çok fazla çalıştırıldığında meydana gelen bir olgu vardır. Kaslar glikozdan mahrum kalır ve kasta oksijeni depolayan lifli bir protein olan miyoglobini kan dolaşımına sızdırarak parçalanır. Bu olduğunda, tüm bu proteinleri filtrelemek böbreklere düşer ve bunalırlarsa kapanırlar. "İnsanlar rabdodan ölebilir" dedi.

Ellerim acıyla zonkluyordu. Kaslarım kilitleniyordu ve kazıklar

Daha yüksek olamazdı, her mantıklı insan havlu atardı ama

Hoparlörlerden Going the Distance gürleyen sesini duyabiliyordum ve biliyordum ki

Bu benim 14. Turumdu.

Rasyonelliği sikeyim. Sol avucumu kaldırdım ve Regina'nın iğnesini batırmasını sağladım. Zihnimde yoğun bir şüphe mahsulü yeşerirken, acı dalgaları içimi yıkadı. Her iki avucunu da gazlı bez ve tıbbi bantla sardı ve bana yeni bir çift eldiven giydirdi. Sonra spor salonunun zeminine geri döndüm ve işe geri döndüm. 2.900'deydim ve mücadelede kaldığım sürece.

Hala her şeyin mümkün olduğuna inanıyordum.

Dakikada iki saat boyunca ikili ve üçlü setler yaptım, ama sanki kızgın, eriyen bir çubuğu tutuyormuşum gibi hissettim, bu da çubuğu kavramak için parmak uçlarımı kullanmam gerektiği anlamına geliyordu. Önce dört, sonra üç parmağımı kullandım. Yüz tane daha barfiks çekebildim, sonra yüz tane daha. Saatler geçti. Yaklaştım ama

vücudum rabdodayken, çöküş çok yakındı. Bileklerimi barın üzerinden sarkıtarak birkaç set şınav çektim. İmkansız gibi görünüyor ama uyuşturma ajanları çalışmayı bırakana kadar başardım. Sonra parmaklarımı kıvırmak bile elime keskin bir bıçak saplıyormuşum gibi geldi.

3.200 pull-up'ı gölgede bıraktıktan sonra, matematik çalıştım ve 800 set yapabilirsem, rekoru kırmak için on üç saat ve değişim alacağını ve sadece saati yeneceğimi fark ettim. Kırk beş dakika dayandım. Acı çok fazlaydı ve odadaki hava iyimserden kasvetli hale geldi. Hâlâ elimden geldiğince az zayıflık göstermemeye çalışıyordum.

Eldivenlerimle ve tutuşumla uğraştığımı gördü ve bir şeylerin büyük ölçüde yanlış olduğunu anladı. İkinci kez toplanmak için arkaya gittiğimde, kıyamet gibi gelen toplu bir iç çekiş duydum.

Regina ve annem ellerimdeki bandı açtılar ve etimin muz gibi soyulduğunu hissedebiliyordum. Her iki avuç içi de sinirlerimizin yattığı yer olan dermise kadar açılmıştı. Aşil topuğu vardı ve iş şınav çekmeye geldiğinde, benim yeteneğim ve mahvolmam ellerimdi. Şüphe edenler haklıydı. O hafif, zarif barfiks çeken adamlardan biri değildim. Ben güçlüydüm ve güç elimden geldi. Ama şimdi elim insandan çok bir fizyoloji mankenine benziyordu.

Duygusal olarak harcandım. Sırf fiziksel yorgunluğumdan ya da rekoru kendim alamadığımdan değil, aynı zamanda pek çok insan yardıma geldiği için. Nandor'un spor salonunu devraldım ve herkesi hayal kırıklığına uğrattığımı hissettim. Tek kelime etmeden annem ve ben sanki bir suç mahallinden kaçıyormuşuz gibi arka kapıdan sıvıştık ve o hastaneye giderken düşünmeden edemedim. Ben bundan daha iyiyim!

Nandor ve ekibi saatleri kırarken, pankartları çözerken, tebeşirleri süpürürken ve barfiksteki kanlı bandı soyarken, annem ve ben acil servis bekleme odasındaki sandalyelere yığıldık. Eldivenimden geriye kalanları tutuyordum. OJ Simpson olay mahallinden kaldırılmış, kana bulanmış gibi görünüyordu. Bana göz kırptı ve başını salladı.

“Şey,” dedi, “bir şey biliyorum...”

Uzun bir duraksamadan sonra ona döndüm.

“Bu da ne?”

“Bunu tekrar yapacaksın.”

Aklımı okudu. Halihazırda canlı otopsimi yapıyordum ve kanlı ellerim izin verir vermez, bu enkazda bir hazine olduğunu ve bir yerlerde kazanılacak bir koz olduğunu biliyordum. Yapboz gibi parçaları bir araya getirmem gerekiyordu. Ve bunu ben söylemeden fark etmesi beni ateşledi.

Çoğumuz etrafımızı rahatlık arzumuzla konuşan insanlarla çevreleriz. Yaralarımızın acısını tedavi etmeyi ve daha fazla yaralanmayı önlemeyi kim onlara karşı duyarsızlaşmamıza yardım edip tekrar denemekten tercih eder? Etrafımızı bize duymak istediklerimizi değil, duymamız gerekenleri söyleyecek ama aynı zamanda imkansıza karşı olduğumuzu hissettirmeyecek insanlarla çevrelemeliyiz. Annem benim en büyük hayranımdı. Hayatta ne zaman başarısız olsam, bana

her zaman onun peşinden ne zaman ve nerede gideceğimi sorardı. Asla, Şey, belki de öyle olması gerekmiyor, demedi.

Savaşların çoğu kendi kafamızda kazanılır veya kaybedilir ve bir sipere düştüğümüzde genellikle yalnız değilizdir ve bizimle birlikte olan kişinin kalbinin, zihninin ve diyaloğunun kalitesine güvenmemiz gerekir. Çünkü bir noktada bizi odaklanmış ve ölümcül tutmak için bazı güçlendirici kelimelere ihtiyacımız olacak. O hastanede, kendi şahsi siperimde şüphe içinde yüzüyordum. 800 barfiks çekemedim ve 800 barfiks çekmenin nasıl bir his olduğunu biliyordum. Bu kahrolası uzun bir gün! Ama o siperde birlikte olmayı tercih edeceğim başka kimse yoktu.

“Merak etme,” dedi. “Eve varır varmaz o tanıkları çağırmaya başlayacağım.”

“Anlaşıldı,” dedim. “Onlara iki ay sonra o barda olacağımı söyle.”

Hayatta başarısızlık kadar gözden kaçan veya kaçınılmaz bir hediye yoktur. Epeyce yaşadım ve onlardan zevk almayı öğrendim, çünkü adli tıp yaparsanız, nerede ayarlamalar yapacağınız ve sonunda görevinizi nasıl başaracağınız konusunda ipuçları bulacaksınız. Zihinsel bir listeden de bahsetmiyorum. İkinci denemeden sonra, her şeyi uzun uzun yazdım, ancak bariz sorunla başlamadım, benim tutuşum. Başlangıçta iyi giden her şey için beyin fırtınası yaptım çünkü her başarısızlıkta pek çok iyi şey olmuş olacak ve bunları kabul etmeliyiz.

Nashville girişiminden en iyi çıkarım, Nandor’un yeriydi. Onun spor salonu zindanı benim için mükemmel bir ortamdı. Evet, sosyal medyadayım ve zaman zaman dikkatleri üzerine çekiyorum ama

Hollywood insanı değilim. Gücümü çok karanlık bir yerden alıyorum ve Nandor'un spor salonu bir

Sahtekar, mutlu fabrika. Karanlık, terli, acı verici ve gerçekti, hemen ertesi gün onu aradım ve antrenmana geri dönüp rekorda bir koşu daha yapıp yapamayacağımı sordum. Zamanının ve enerjisinin çoğunu alıp arkamda bir karmaşa bırakmıştım, bu yüzden nasıl tepki vereceği hakkında hiçbir fikrim yoktu.

"Evet, orospu çocuğu," dedi. "Hadi gidelim!" Onun desteğini yeniden kazanmak çok şey ifade ediyordu.

Bir başka olumlu şey de, ikinci erimemi nasıl hallettiğimdi. Acil servis doktorunu görmeden önce paspastan inmiştim ve geri dönüş yolundaydım. Olmak istediğin yer orası. Basit bir başarısızlığın görevinizi rayından çıkarmasına ya da kıçınızın derinliklerine inip beyninizi ele geçirmesine ve yakınınızdaki insanlarla ilişkilerinizi sabote etmesine izin veremezsiniz. Herkes bazen başarısız olur ve hayatın adil olmaması gerekir, kaprislerine boyun eğmek şöyle dursun.

Şans kaprisli bir orospu. Her zaman istediğin gibi gitmeyecek, bu yüzden sırf kendin için bir ihtimal hayal ettin diye onu bir şekilde hak ettiğin fikrine kapılıp gidemezsin. Yetkili zihniniz ölü ağırlıktır. Gevşetin. Hak ettiğinizi düşündüğünüz şeye odaklanmayın. Kazanmak istediğiniz şeye nişan alın! Başarısızlıklarım için asla kimseyi suçlamadım ve Nashville'de başımı eğmedim. Alçakgönüllü kaldım ve hakkım olan zihnimden kaçtım çünkü rekorumu kazanmadığımı çok iyi biliyordum. Çetele yalan söylemez ve kendimi başka türlü kandırmadım. İster inanın ister inanmayın, çoğu insan yanılsamayı tercih eder. Başkalarını, kötü şansı veya kaotik durumu suçlarlar. Yapmadım, ki bu olumluydu.

Kullandığımız ekipmanların çoğunu AAR'ın olumlu taraflarına da sıraladım. Bant ve tebeşir işe yaradı ve çubuk beni mahvetmesine rağmen, ayrıca bana 700 ek barfiks kazandırdı, bu yüzden doğru yöne gidiyordum. Bir başka olumlu nokta da Nandor'un Crossfit topluluğunun desteğiydi. Bu kadar yoğun, saygılı insanlarla çevrili olmak harika bir duyguydu ama bu kez gönüllü sayısını yarıya indirmem gerekecekti. O odada olabildiğince az gürültü olsun istedim.

Tüm artıları listeledikten sonra, benim zihniyetimdeki lastikleri tekmeleme zamanı gelmişti ve eğer yüz nakli sonrası durum tespiti yapıyorsanız, onu da yapmalısınız. Bu, başarısızlığınızın hazırlık ve uygulama aşamalarında nasıl ve ne düşündüğünüzü kontrol etmeniz anlamına gelir. Taahhüdüm

Mücadelede hazırlık ve kararlılık her zaman var. Tereddüt etmediler, ancak inancım kabul etmek istediğimden daha zayıftı ve üçüncü turuma hazırlanırken şüphenin ötesine geçmek zorunluydu.

Bu kolay olmadı çünkü ikinci kez başarısız olmamdan sonra şüphe duyanlar her yerde çevrimiçiydi. Rekor sahibi Stephen Hyland, kalın, kaslı avuçlarıyla hafif ve örümcek gibi güçlüydü. Barfiks rekoru için mükemmel bir yapıya sahipti ve herkes bana çok büyük olduğumu, formumun çok acımasız olduğunu ve kendimi daha da kötü incitmeden önce bunu denemeyi bırakmam gerektiğini söylüyordu. Yalan söylemeyen çeteleyi işaret ettiler. Hala rekordan 800'den fazla pull-up uzaktaydım. Bu, birinci ve ikinci denemelerim arasında kazandığımdan daha fazla. Başından beri bazıları ellerimin pes edeceğini tahmin etmişti ve bu gerçek Nashville'de kendini gösterdiğinde büyük bir zihinsel engel oluşturdu. Bir yanım o orospu çocuklarının haklı olup olmadığını merak etti. İmkansızı başarmaya çalışıyor olsaydım.

Sonra, Roger Bannister adında eski bir İngiliz orta mesafe koşucusu geldi aklıma. Bannister 1950'lerde dört dakikalık mili aşmaya çalışırken, uzmanlar ona bunun yapılamayacağını söylediler ama bu onu durdurmadı. Tekrar tekrar başarısız oldu, ama sebat etti ve 6 Mayıs 1954'te 3:59.4'lük tarihi milini koştuğunda, sadece bir rekor kırmakla kalmadı, sadece mümkün olduğunu kanıtlayarak bent kapaklarını kırdı. Altı hafta sonra, rekoru gölgede kaldı ve şimdiye kadar 1.000'den fazla koşucu, bir zamanlar insan kapasitesinin ötesinde olduğu düşünülen şeyi yaptı.

Sözde uzmanların veya sadece belirli bir alanda bizden daha fazla deneyime sahip kişilerin potansiyelimizi sınırlamasına izin vermekten hepimiz suçluyuz. Sporu sevmemizin nedenlerinden biri de o cam tavanların paramparça olmasını izlemeyi sevmemizdir. Popüler algıyı yerle bir edecek bir sonraki atlet ben olsaydım, dışarıdan gelen veya içeriden gelen şüpheleri dinlemeyi bırakmam gerekirdi ve bunu yapmanın en iyi yolu, barfiks rekorunun zaten benim olduğuna karar vermekti.

Resmi olarak ne zaman benim olacağını bilmiyordum. İki ay ya da yirmi yıl sonra olabilir, ama bana ait olduğuna karar verip onu takvimden ayırdığımda, içim özgüvenle doldu ve her türlü baskıdan kurtuldum çünkü görevim imkansızı başarmaya çalışmaktan kaçınılmaz olana doğru çalışmaya dönüştü. Ama oraya varmak için, kaçırdığım taktiksel avantajı bulmam gerekiyordu.

Taktik inceleme, herhangi bir canlı otopsi veya AAR'nin son ve en hayati parçasıdır. Ve ilk denemeden itibaren taktiksel olarak gelişme göstermiş olsam da (daha dengeli bir çubuk üzerinde çalışarak ve boşa harcanan enerjiyi en aza indirerek) yine de 800 tekrarın altında kaldım, bu yüzden sayıları daha derine inmemiz gerekiyordu.

Dakikada altı şınav çekmek beni iki kez başarısızlığa uğratmıştı. Evet, beni hızlı bir şekilde 4.020'ye çıkardı ama oraya hiç ulaşamadım. Bu sefer daha ileri gitmek için daha yavaş başlamaya karar verdim. On saat sonra bir çeşit duvara toslayacağımı ve tepkimin daha uzun bir mola olamayacağını da deneyimlerimden biliyordum. On saatlik işaret yüzüme iki kez tokat attı ve ikisinde de beş dakika veya daha uzun süre durdum, bu da oldukça hızlı bir şekilde nihai başarısızlığa yol açtı.

Stratejime sadık kalmam ve uzun araları en fazla dört dakika ile sınırlamam gerekiyordu.

Şimdi, barfiks çubuğu hakkında. Evet, muhtemelen beni tekrar parçalayacaktı, bu yüzden bir geçici çözüm bulmam gerekiyordu. Kurallara göre, girişimin ortasında ellerimin arasındaki mesafeyi değiştirmeme izin verilmezdi. Genişlik, ilk çekmeden itibaren aynı kalmalıdır. Değiştirebileceğim tek şey, ellerimi nasıl koruyacağımdı. Üçüncü denememe giden yolda, tüm farklı eldiven türlerini denedim. Avuç içlerimi korumak için özel köpük pedler kullanma iznim de var. Birkaç SEAL arkadaşının, ağır ağırlıkları kaldırırken ellerini korumak için köpük şilte dilimleri kullandıklarını gördüğümü hatırladım ve bir yatak şirketini ellerim için özel tasarım şekillendirici pedler yapmaya çağırdım. Guinness ekipmanı onayladı ve 19 Ocak 2013 sabah saat 10'da, ikinci kez düştükten iki ay sonra, Crossfit Brentwood Hills'teki bara geri döndüm.

Dakikada beş barfiks çekerek yavaş ve kolay başladım. Köpük pedlerimi bantla bağlamadım. Onları barın etrafında tuttum ve iyi çalışıyor gibiydiler. Bir saat içinde ellerimin etrafında köpük oluştu ve onları erimiş demir cehenneminden yalıttı. Ya da ben öyle umuyordum. Yaklaşık iki saat, 600 tekrar işareti. Nandor'dan bir döngüde Going the Distance oynamasını istedim. İçeride bir şeyin tıklandığını hissettim ve tamamen cyborg oldum.

Barda bir ritim buldum ve setler arasında bir ağırlık sehpasına oturdum ve tebeşirle tozlanmış zemine baktım. Zihnimi yaklaşan cehenneme hazırlarken bakış açım dar bir görüş açısına dönüştü. Avucumda ilk kabarcık açıldığında bokun gerçek olacağını biliyordum. Ama bu sefer başarısızlıklarım ve adli tıp sayesinde hazırdım.

Bu eğlendiğim anlamına gelmez. Ben değildim, üstesinden gelmiştim. Artık barfiks çekmek istemiyordum ama hedeflere ulaşmak veya engelleri aşmak eğlenceli olmak zorunda değil. Tohumlar, kendi kendini yok eden yeni bir yaşam ritüelinde içten dışa patladı. Kulağa eğlenceli gibi mi geliyor? İyi hissettirdiği gibi mi? O spor salonuna mutlu olmak ya da yapmak istediğim şeyi yapmak için gelmedim. Tüm zihinsel, duygusal ve fiziksel engelleri aşmak için gereken buysa, kendimi tersyüz etmek için oradaydım.

On iki saatin ardından nihayet 3.000 barfiks çektim, bu benim için önemli bir kontrol noktasıydı.

Ve kafa üstü bir duvara çarpacakmışım gibi hissettim. Üzüldüm, ıstırap içindeydim ve

Ellerim yine ayrılmaya başladı. Hala çok uzaktaydım

Kaydı ve odadaki tüm gözlerin üzerimde olduğunu hissettim. Onlarla birlikte geldi

Başarısızlığın ve aşağılanmanın ezici ağırlığı. Birden kafese geri döndüm.

Üçüncü Cehennem Haftam boyunca, toplanmadan önce baldırlarımı ve ayak bileklerimi bantladım.

Bunun son şansım olduğunu duyan yeni bir BUD/S sınıfıyla.

Herkesin içinde kıçını tehlikeye atacak kadar savunmasız olmak ve elinden kayıp gidiyormuş gibi gelen bir rüya için çalışmak büyük güç gerektirir. Hepimizin gözleri üzerimizde. Ailemiz ve arkadaşlarımız izliyor ve etrafınız pozitif insanlarla dolu olsa bile, kim olduğunuz, nelerde iyi olduğunuz ve enerjinizi nasıl odaklamanız gerektiği hakkında fikirleri olacak.

Bu bok sadece insan doğasıdır ve onların kutusundan çıkmaya çalışırsanız, izin verirseniz özlemlerinizi bastırmanın bir yolu olan bazı istenmeyen tavsiyeler alırsınız. Genellikle insanlarımız herhangi bir zarar vermek istemezler. Bizi umursayan hiç kimse aslında incinmemizi istemez. Güvende, rahat ve mutlu olmamızı ve yıkılan hayallerimizin parçalarını gözden geçiren bir zindanda yere bakmak zorunda kalmamamızı istiyorlar. Çok kötü. Bu acı anlarında çok fazla potansiyel var. Ve eğer o resmi nasıl tekrar bir araya getireceğinizi bulursanız, orada da çok büyük bir güç bulacaksınız!

Molamı planladığım gibi sadece dört dakika olarak tuttum. Ellerimi ve o köpük pedleri bir çift dolgulu eldivene sokacak kadar uzun. Ama bara geri döndüğümde kendimi yavaş ve zayıf hissettim. Nandor, karısı ve diğer gönüllüler mücadelemi gördüler, ancak kulak

tomurcuklarımı takmam, Rocky Balboa'yı kanalize etmem ve her seferinde bir tekrar öğütmeye devam etmem için beni yalnız bıraktılar. Dakikada dört barfiksten üçe çıktım ve cyborg transımı yeniden buldum. Çirkin oldum, karardım. Acımın, geçici bir süre için orada olan şeytani dahi Stephen Hyland adlı çılgın bir bilim adamının yaratımı olduğunu hayal ettim.

Kaydımın ve ruhumun mülkiyeti. Bu o idi! O orospu çocuğu

Dünyanın dört bir yanından bana işkence ediyor ve sadece ve sadece bana bağlıydı.

Onunkini almak istersem, sayıları biriktirip ona doğru hızla ilerliyorum.

Lanet olası ruh!

Açık olmak gerekirse, Hyland'a kızgın değildim – onu tanımıyorum bile! Devam etmek için ihtiyacım olan kenarı bulmak için oraya gittim. Kafamda onunla kişiselleştim, aşırı güvenimden ya da kıskançlığımdan değil, kendi şüphelerimi bastırmak için. Hayat bir kafa oyunudur. Bu, o oyun içinde bir oyun kazanmak için kullandığım en son açıydı. Bir yerde bir avantaj bulmam gerekiyordu ve bunu yolunuza çıkan kişide bulursanız, bu güçlüdür.

Saatler gece yarısını geçtikçe aramızdaki mesafeyi kapatmaya başladım ama barfiksler hızlı gelmiyordu ve kolay gelmiyorlardı. Zihinsel ve fiziksel olarak yorgundum, derin bir rabdo içindeydim ve dakikada üç kez barfiks çekiyordum. 3.800 barfiks çektiğimde dağın zirvesini görebildiğimi hissettim. Ayrıca bir anda üç barfiks

çekmekten hiç barfiks çekmemeye geçmenin mümkün olduğunu da biliyordum.

Badwater'da 129 mile ulaşan ve 135 millik bir yarışı bitiremeyen insanların hikayeleri var! Ne zaman yüzde 100'ünüze ulaşacağınızı ve tam kas yorgunluğu noktasına ulaşacağınızı asla bilemezsiniz. Artık kollarımı kaldıramadığım o anın gelmesini bekledim. Şüphe beni bir gölge gibi takip etti, onu kontrol etmek ya da susturmak için elimden gelenin en iyisini yaptım, yine de beni takip ederek, beni iterek yeniden ortaya çıkmaya devam etti.

Bu seni de şok etti mi? Bilirsin, buzdolabım asla dolmaz ve asla da olmayacak çünkü görev odaklı bir hayat yaşıyorum, her zaman bir sonraki zorluğun peşindeyim. Bu zihniyet o rekoru kırmamın sebebi, bitti.

Sustur, yine de beni takip ederek, beni iterek yeniden ortaya çıkmaya devam etti.

On yedi saatlik ağrıdan sonra, 20 Ocak 2013 sabah saat 3 civarında, 4.020. ve 4.021. barfiksimi çektim ve rekor benimdi. Spor salonundaki herkes tezahürat yaptı ama ben sakin kaldım. İki set daha ve toplam 4.030 çekimden sonra kulaklığımı çıkardım, kameraya baktım ve "Seni buldum, Stephen Hyland!" dedim.

Bir günde, Uzay Mekiğinin ağırlığının neredeyse üç katı olan 846.030 pound'a eşdeğer bir ağırlık kaldırdım! Eldivenlerimi çıkarıp arka

odaya kaybolduğumda alkışlar kahkahalara dönüştü, ama herkesi şaşırtacak şekilde, kutlama havasında değildim.

Bu seni de şok etti mi? Bilirsin, buzdolabım asla dolmaz ve asla da olmayacak çünkü görev odaklı bir hayat yaşıyorum, her zaman bir sonraki zorluğun peşindeyim. Bu zihniyet o rekoru kırmamın sebebi, bitti

Badwater, bir SEAL oldu, Korucu Okulu'nu salladı ve listenin alt sıralarında yer aldı. Aklımda, asla yakalayamayacağım bir havucu kovalayan, sonsuza kadar kendimi kendime kanıtlamaya çalışan o yarış atıyım. Ve bu şekilde yaşadığınızda ve bir hedefe ulaştığınızda, başarı doruk noktasına ulaşmıyormuş gibi gelir.

Rekordaki ilk atışımın aksine, başarım rekorda zar zor bir dalgalanma yarattı.

Haber döngüsü. Hangisi iyiydi. Bunu övmek için yapmıyordum. Büyüdüm

Biraz para ve o barfiks çubuğundan öğrenebileceğim her şeyi öğrendim.

Dokuz ayda 67.000'den fazla barfiks çektim, onları listeme koymanın zamanı gelmişti.

Kurabiye Kavanozu ve devam edin. Çünkü hayat lanet olası uzun bir hayal ürünüdür.

Skor tabelası, hakemi olmayan ve biz ölene kadar bitmeyen bir oyun.

Gömüldü.

Ve ondan tek istediğim, kendi gözümde başarılı olmaktı. Bu, zenginlik ya da şöhret, ateşli arabalarla dolu bir garaj ya da peşimden gelen güzel kadınlardan oluşan bir harem anlamına gelmiyordu. Bu, gelmiş geçmiş en sert orospu çocuğu olmak demekti. Elbette, yol boyunca bazı başarısızlıklar biriktirdim, ancak aklımda rekor, yakın olduğumu kanıtladı. Ancak oyun bitmemişti ve sert olmak, daha düdük çalmadan önce zihnim, bedenim ve ruhumdaki her damla yeteneğimi boşaltma gereksinimiyle geldi.

Sürekli takipte kalırdım. Masada hiçbir şey bırakmazdım. Son dinlenme yerimi kazanmak istedim. Ben de o zamanlar öyle sanıyordum. Çünkü sona ne kadar yaklaştığıma dair hiçbir fikrim yoktu.

GÖREV 10

En son ve en yürek burkan başarısızlığını düşün.

O günlüğü son bir kez aç.

Dijital sürümden çık ve bunları uzun süre kağıda yaz.

Bu süreci hissetmeni istiyorum çünkü kendi gecikmiş Eylem Raporlarını dosyalamak üzeresin.

Öncelikle, tüm iyi şeyleri, başarısızlığından sonra iyi giden her şeyi yaz.

Kendine karşı ayrıntılı ve cömert ol. Çok güzel şeyler olmuş olacak.

Nadiren her şey kötüdür. Ardından, başarısızlığı nasıl ele aldığına dikkat et.

Hayatını ve ilişkilerini etkiledi mi?

Başarısızlığını hazırlık aşamasında ve uygulama aşamasında nasıl düşündün? (O anki duygudurumun aklından geçenler)

Her adımda nasıl düşündüğünü bilmelisin çünkü bu tamamen zihniyetle ilgili ve çoğu insanın yetersiz kaldığı nokta da bu.

Şimdi geri dön ve düzeltebileceğin şeylerin bir listesini yap.

Yumuşak veya cömert olma. Acımasızca dürüst ol, hepsini yaz.

Onları incele.

Ardından takvimine bak ve en kısa sürede başka bir deneme planla.

Başarısızlık çocuklukta olduysa ve yeniden yaratamayacak olsan bile

Küçükler Ligi'nde boğulduğun all-star maçı da olsa, yine de bunu yazmanı istiyorum.

Rapor et, çünkü muhtemelen herhangi bir sonuca ulaşmak için bu bilgileri kullanabileceksin.

Hedef ileriye.

Hesap Verebilirlik Aynana danış ve gerekli tüm ayarlamaları yap.

Uygulama zamanı geldiğinde, nasırlı bir zihnin gücü, Kurabiye Kavanozu ve %40 Kuralı hakkında öğrendiğin her şeyi aklında tut.

Zihniyetini kontrol et. Düşünce sürecine hakim ol.

BU HAYAT LANET OLASI BİR AKIL OYUNU. Bunu anla.

Ve yine başarısız olursan, öyle olsun. Acıyı al. Bu adımları tekrarla ve savaşmaya devam et.

Her şey bununla ilgili.

BÖLÜM 11
FARZEDELİM?

YARIŞ BAŞLAMADAN ÖNCE SİKİLDİĞİMİ BİLİYORDUM, 2014'te Ulusal Park Servisi geleneksel Badwater parkurunu onaylamayınca Chris Kostman haritayı yeniden çizdi. Ölüm Vadisi Ulusal Parkı'ndan başlayıp gezegendeki en sıcak çölde kırk iki mil koşmak yerine, yirmi iki millik bir tırmanışın temelinde ülkenin daha yukarılarına fırlayacaktı. Bu benim sorunum değildi. Olağan yarış

ağırlığımın on bir pound üzerinde çizgiye ayak basmış olmam ve önceki yedi gün içinde bu poundun onunu almış olmam gerçeğiydi.

Şişko değildim. Ortalama bir göze uygun görünüyordum ama Badwater ortalama bir yarış değildi. Güçlü bir şekilde koşmak ve bitirmek için durumumun en üst düzeyde olması gerekiyordu ve ben bundan çok uzaktaydım. Bana her ne olduysa şok etkisi yarattı çünkü iki yıl standartların altında koştuktan sonra güçlerimi geri kazandığımı düşündüm.

Geçen Ocak ayında, Donmuş Su Samuru adlı yüz kilometrelik bir buzul yolu yarışını kazanmıştım. Hurt 100 kadar zor değildi ama yakındı. Wisconsin'de, Milwaukee'nin hemen dışında yer alan parkur, başlangıç-bitiş merkezde olacak şekilde orantısız bir sekiz rakamı gibi düzenlenmişti. İki ilmek arasından geçirdik. Bu, arabalarımızdan yiyecek ve diğer gerekli malzemeleri stoklamamızı ve acil durum malzemelerimizle çantalarımıza doldurmamızı sağladı. Orada hava kötüye gidebilir ve yarış organizatörleri, susuzluktan, hipotermiden veya maruz kalmadan ölmemek için her zaman yanımızda bulundurmamız gereken ihtiyaçların bir listesini derledi.

İlk tur, ikisinin daha büyük döngüsüydü ve yola çıktığımızda sıcaklık sıfır derece Fahrenheit'te oturuyorduk. O yollar hiç sürülmedi. Bazı yerlerde kar birikintileri oluşturdu. Diğerlerinde yollar kasıtlı olarak kaygan buzla kaplanmış gibiydi. Bu bir sorun teşkil ediyordu.

Rakiplerimin çoğu gibi çizme veya arazi ayakkabısı giymiyordum. Standart koşu ayakkabılarımı bağladım ve onları ucuz bir kış kramponunun içine soktum. Teorik olarak buzu tutması ve beni dik tutması gerekiyordu. O savaşı buz kazandı ve kramponlarım ilk saatte koptu. Yine de, ortalama altı ila on iki inç karda yarışa liderlik ediyor ve iz bırakıyordum. Bazı yerlerde sürüklenmeler çok daha yüksek yığılmıştı. Ayaklarım ilk baştaki tabancadan dolayı üşümüş ve

ıslanmıştı ve iki saat içinde özellikle ayak parmaklarım donmuştu. Üst yarım çok daha iyi durumda değildi. Donma noktasının altındaki sıcaklıklarda terlediğinizde, vücudunuzdaki tuz cildinizi tahriş eder. Koltuk altlarım ve göğsüm ahududu kırmızısıydı. Kızarıklıklarla kaplıydım, her adımda ayak parmaklarım ağrıyordu ama bunların hiçbiri ağrı skalamda çok yüksek değildi çünkü özgürce koşuyordum.

İkinci kalp ameliyatımdan beri ilk defa vücudum kendini toparlamaya başlıyordu. Herkes gibi oksijen kaynağımın yüzde 100'ünü alıyordum, dayanıklılığım ve gücüm bir sonraki seviyedeydi ve iz kaygan bir karmaşa olsa da tekniğim de çevrildi. Ön taraftaydım ve son yirmi iki millik döngüden önce arabamda bir sandviç yemek için durdum. Ayak parmaklarım feci bir acıyla zonkluyordu. Donmuş olduklarından şüphelendim, bu da bazılarını kaybetme tehlikesiyle karşı karşıya olduğum anlamına geliyordu ama ayakkabılarımı çıkarıp bakmak istemedim. Bir kez daha, şüphe ve korku beynimde patladı ve bana sadece bir avuç insanın Donmuş Su Samuru'nu bitirdiğini ve bu tür bir soğukta hiçbir kurşunun güvenli olmadığını hatırlattı. Hava durumu, diğer tüm değişkenlerden daha fazla, bir orospu çocuğunu çabucak çökertebilir. Ama bunların hiçbirini dinlemedim. Yeni bir diyalog oluşturdum ve kendi kendime yarışı güçlü bir şekilde bitirmemi ve şampiyon olduktan sonra hastanede kesilen ayak parmakları için endişelenmemi söyledim.

Kursa geri koştum. Günün erken saatlerinde bir güneş patlaması karın bir kısmını eritmişti, ancak soğuk rüzgar patikayı güzel bir şekilde buzlandırdı. Koşarken, Hurt 100'deki ilk yılıma ve harika Karl Meltzer'e parladım. O zamanlar ben bir hantaldım. Önce topuğumla çime vurdum ve ayağımın tüm yüzey alanıyla çamurlu yolu soymak kayma ve düşme ihtimalimi artırdı, Karl böyle koşmadı. Parmak uçlarında zıplayarak ve patikanın kenarlarında koşarak bir keçi gibi hareket etti. Ayak parmakları yere değdiği anda bacaklarını havaya fırlattı. Bu yüzden uçuyormuş gibi görünüyordu. Tasarım gereği, başı

ve göbeği sabit ve bağlı kalırken yere zar zor dokundu. O andan itibaren hareketleri

Bir mağara resmi gibi beynime kalıcı olarak kazınmış. Onları her zaman görselleştirdim ve tekniklerini antrenman sırasında uygulamaya koydum.

Bir alışkanlık edinmenin altmış altı gün sürdüğünü söylüyorlar. Benim için bundan çok daha uzun sürüyor ama sonunda oraya varıyorum ve tüm bu yıllar boyunca ultra eğitim ve yarışma boyunca zanaatım üzerinde çalışıyordum. Gerçek bir koşucu formunu analiz eder. Bunu SEAL'lerde nasıl yapacağımızı öğrenmedik, ancak yıllardır bu kadar çok ultra koşucunun yanında olmak, ilk başta doğal görünmeyen becerileri özümseyebildim ve uygulayabildim. Frozen Otter'da asıl odak noktam zemini yumuşatmaktı; patlamaya yetecek kadar dokunmak. Üçüncü BUD/S dersim ve ardından ilk takımım sırasında, en iyi koşuculardan biri olarak görüldüğümde, başım her yere sıçradı. Ağırlığım dengeli değildi ve ayağım yere çarptığında tüm ağırlığım o tek bacak tarafından destekleniyordu, bu da kaygan zeminde garip düşüşlere yol açıyordu. Deneme yanılma ve binlerce saatlik eğitim yoluyla dengeyi korumayı öğrendim.

Ar Frozen Otter hepsi bir araya geldi. Hız ve zarafetle dik7, kaygan parkurlarda gezindim. Başımı düz ve hareketsiz tuttum, hareketlerimi mümkün olduğunca sessiz ve ayaklarımın önünde koşarak adımlarımı sessiz tuttum. Hızlandığımda, sanki beyaz bir rüzgarda kaybolmuş, meditatif bir duruma yükselmiş gibiydim. Karl Meltzer oldum. İmkansız bir parkurda havada süzülüyormuş gibi görünen bendim ve yarışı on altı saatte bitirdim, parkur rekorunu kırdım ve hiçbir ayak parmağımı kaybetmeden Donmuş Su Samuru unvanını kazandım.

İki yıl önce, altı millik kolay koşular sırasında başım dönüyordu. 2013'te Badwater'da yüz millik bir yolu yürümek zorunda kaldım ve yarışı on yedinci sırada bitirdim. Bir dezavantajdaydım ve unvanlar için çekişme günlerimin çoktan geride kaldığını düşündüm. Donmuş Su Samuru'ndan sonra, o kadar yolu geri döndüğüme ve sonra bazılarına ve en iyi ultra yıllarımın aslında önümde olduğuna inanmaya başladım. Bu enerjiyi Badwater 2014 hazırlıklarıma aldım.

O zamanlar Chicago'da yaşıyordum, BUD/S hazırlık bölümünde eğitmen olarak çalışıyordum. Adayları BUD/S'de karşılaşacakları acı gerçekle başa çıkmaya hazırlayan bir okul. Yirmi yıldan fazla bir süre sonra, askerliğimin son yılındaydım ve müstakbellere ve özentilere bilgelik bırakacak bir konuma getirildiğimde, tam bir daire çiziyormuşum gibi hissettim, Her zamanki gibi işe gidip gelmek için

on mil koşar ve fırsat buldukça öğle yemeğinde sekiz mil daha sıkardım. Hafta sonları en az otuz beşten kırka kadar yapardım.

Mil koşusu Her şey art arda 130 millik bir haftaya ulaştı ve kendimi güçlü hissediyordum. Bahar çiçek açarken, sokaklara çıkmadan önce dört veya beş kat eşofman, bir bere ve bir Gore-Tex ceket giyerek bir ısı eğitimi bileşeni ekledim. İşe geldiğimde, SEAL eğitmen arkadaşlarım, ıslak kıyafetlerimi çıkarıp, birlikte yaklaşık on beş pound ağırlığındaki siyah çöp torbalarına tıkarken hayretle izlerlerdi.

Konikliğime dört hafta önce başladım ve 130 millik haftalardan seksen millik bir haftaya çıktım, sonra altmış, kırk ve yirmiye düştüm. İnceltmenin, yemek yerken ve dinlenirken bol miktarda enerji üretmesi, vücudun verilen tüm hasarı onarmasını ve sizi rekabete hazırlamasını sağlaması beklenir. Bunun yerine, kendimi hiç bu kadar kötü hissetmemiştim. Aç değildim ve hiç uyuyamıyordum. Bazı insanlar vücudumun kalorisiz kaldığını söyledi. Diğerleri sodyum seviyemin düşük olabileceğini öne sürdü. Doktorum tiroidimi ölçtü ve biraz düşüktü, ancak okumalar ne kadar boktan hissettiğimi açıklamak için o kadar da kötü değildi. Belki de açıklaması basitti. Aşırı eğitildiğimi.

Yarıştan iki hafta önce çekilmeyi düşündüm. Tekrar kalbim olduğundan endişelendim çünkü hafif koşularda dışarı çıkaramadığım bir adrenalin dalgası hissettim. Yumuşak bir tempo bile nabzımı aritmiye çevirdi. Yarıştan on gün önce. Vegas'a indim. Beş koşu planlamıştım ama hiçbirinde üç millik çizgiyi geçemedim. Çok fazla yemiyordum ama kilolar birikmeye devam ediyordu. Hepsi suydu. Bende fiziksel bir sorun olmadığını doğrulayan başka bir doktor aradım ve bunu duyduğumda korkak olmayacaktım.

Badwater 2014'ün açılış milleri ve ilk tırmanışı sırasında kalp atış hızım yüksekti, ancak bunun bir kısmı rakımdı ve yirmi iki mil sonra altıncı veya yedinci sırada zirveye ulaştım. Şaşırdım ve gururlandım, bakalım yokuş aşağı inebilecek miyim diye düşündüm. Dörtlüleri parçaladığı için dik bir yokuştan aşağı koşmanın acımasızlığından hiç zevk almadım, ama aynı zamanda nefesimi sıfırlayıp sakinleştirmeme izin vereceğini düşündüm. Vücudum reddetti. Hiç nefes alamıyordum. Alttaki düz kısma çarptım, adımlarımı yavaşlattım ve yürümeye başladım. Kalçalarım kontrolsüz bir şekilde seğirirken rakiplerim beni geçti. Kas spazmlarım o kadar kötüydü ki, dörtlülerim sanki içlerinde takırdayan bir uzaylı varmış gibi görünüyordu.

Ve yine durmadım! Badwater sağlık ekibinin dükkan kurduğu Lone Pine motel odasına sığınmadan önce tam dört mil yürüdüm. Beni kontrol ettiler ve tansiyonumun biraz düşük olduğunu ancak kolayca düzeltildiğini gördüler. Ne kadar berbat hissettiğimi açıklayabilecek tek bir ölçü bulamadılar.

Biraz katı yiyecek yedim, dinlendim ve bir kez daha denemeye karar verdim. Lone Pine'dan ayrılan düz bir bölüm vardı ve bizimkileri vurabilirsem belki ikinci bir rüzgar yakalarım diye düşündüm, ama altı ya da yedi mil sonra yelkenlerim hala boştu ve sahip olduğum her şeyi vermiştim. Kaslarım titredi ve seğirdi, kalbim çizelgede bir aşağı bir yukarı zıpladı. Adım hızıma baktım ve "İşte bu, adamım. Bitirdim" dedim.

Destek aracım arkamızda durdu ve ben içeri girdim. Birkaç dakika sonra kuyruğum bacaklarımın arasında, aynı motel yatağında uzanıyordum. Sadece elli mil sürmüştüm, ama alışık olmadığım bir şeyi bırakmanın getirdiği herhangi bir aşağılanma, bir şeylerin ters gittiğine dair bir içgüdü tarafından bastırılmıştı. Korku konuşmam ya

da rahatlık arzum değildi. Bu sefer, bu engeli aşmaya çalışmaktan vazgeçmezsem, Sierralardan canlı çıkamayacağımdan emindim.

Ertesi gece Lone Pine'dan Las Vegas'a gittik ve iki gün boyunca vücudumun dengeye yakın bir yere yerleşmesini umarak dinlenmek ve iyileşmek için elimden gelenin en iyisini yaptım. Wynn'de kalıyorduk ve o üçüncü gün, depoda bir şey var mı diye bakmak için yürüyüşe çıktım. Bir mil sonra, kalbim boğazımdaydı ve onu kapattım. Doktorların söylediklerinin aksine hasta olduğumu ve her ne yaşıyorsam ciddi olduğundan şüphelendiğimi bilerek otele geri döndüm.

O gecenin ilerleyen saatlerinde, Vegas banliyölerinde bir film izledikten sonra yakındaki bir restoran olan Elephant Bar'a doğru yürürken kendimi halsiz hissettim. Annem birkaç adım öndeydi ve onu üç kopya halinde gördüm. Gözlerimi sımsıkı kapatıp serbest bıraktım ve ondan hâlâ üç tane vardı. Kapıyı benim için açık tuttu ve serin sınırlara adım attığımda kendimi biraz daha iyi hissettim. Karşılıklı bir kabine girdik. Menüyü okuyamayacak kadar kararsızdım ve ondan benim için sipariş vermesini istedim. Oradan daha da kötüleşti ve koşucu yemeğimizle ortaya çıktığında görüşüm yine bulanıklaştı. Gözlerimi fal taşı gibi açmak için kendimi zorladım ve annem masanın üzerinde süzülüyormuş gibi görünürken başım döndü.

"Bir ambulans çağırmanız gerekecek," dedim, "çünkü aşağı iniyorum."

Biraz istikrar için çaresizce başımı masaya koydum ama annem 911'i aramadı. Yanıma geçti ve biz hostes standına gidip arabaya dönerken ona yaslandım. Yolda, tıbbi geçmişimin hatırlayabildiğim kadarıyla, kısa aralıklarla, bilincimi kaybedersem ve yardım çağırmak zorunda

kalırsa diye paylaştım. Şans eseri, görüşüm ve enerjim, beni acil servise götürmesine yetecek kadar gelişti.

Tiroidim geçmişte işaretlenmişti, bu yüzden doktorların keşfettiği ilk şey buydu. Birçok Donanma SEAL'i otuzlu yaşlarına geldiklerinde tiroid sorunları yaşarlar, çünkü orospu çocuklarını Cehennem Haftası ve savaş gibi aşırı ortamlara koyduğunuzda, hormon seviyeleri alt üst olur. Tiroid bezi yetersiz olduğunda, yorgunluk, kas ağrıları ve halsizlik bir düzineden fazla ana yan etki arasındadır, ancak tiroid seviyelerim normale yakındı. Kalbim de kontrol etti. Vegas'taki acil servis doktorları bana tek ihtiyacımın dinlenmek olduğunu söylediler.

Chicago'ya geri döndüm ve bir dizi kan testi isteyen kendi doktorumu gördüm. Ofisi endokrin sistemimi test etti ve beni Lyme, hepatit, Romatoid artrit ve bir avuç başka otoimmün hastalık için taradı. Biraz yetersiz olan tiroidim dışında her şey temiz çıktı, ama bu, yüzlerce mil koşabilen seçkin bir atletten nasıl bu kadar hızlı bir şekilde, bırakın bir mili çökme noktasına gelmeden ayakkabılarını bağlamak için bile enerjisini toplayamayan bir taklitçiye dönüştüğümü açıklamıyordu. Tıbbi tarafsız bölgedeydim. Ofisinden cevaplardan çok sorular ve tiroid ilacı reçetesiyle ayrıldım.

Geçen her gün kendimi daha kötü hissettim. Her şey üzerime geliyordu. Yataktan kalkmakta zorlanıyordum, kabız ve ağrılıydım. Daha fazla kan aldılar ve bende Addison hastalığı olduğuna karar verdiler, adrenalin boşaldığında ve vücudun yeterince kortizol üretmediğinde ortaya çıkan otoimmün bir hastalık, bu SEAL'lerde yaygındı çünkü adrenalinle koşmaya hazırız. Doktorum diğer ilaçların yanı sıra steroid Hidrokortizon, DHEA ve Arimidex reçete etti, ancak haplarını almak yalnızca düşüşümü hızlandırdı ve ondan sonra o ve gördüğüm diğer doktorlar istifa etti. Gözlerindeki bakış her şeyi söyledi. Onların gözünde ben ya bir deliydim.

Hastalık hastası ya da ölüyordum ve beni neyin öldürdüğünü ya da beni nasıl iyileştireceklerini bilmiyorlardı.

Elimden geldiğince mücadele ettim. İş arkadaşlarım düşüşüm hakkında hiçbir şey bilmiyorlardı çünkü zayıflık göstermeye devam ettim. Tüm hayatım boyunca tüm güvensizliklerimi ve travmamı saklamıştım. Tüm savunmasızlıklarımı demir bir kaplamanın altına kilitledim ama sonunda ağrı o kadar kötüleşti ki yataktan bile kalkamadım. Hastalandım ve orada uzandım, tavana baktım ve merak ettim, bu son olabilir mi?

Uçuruma bakmak, zihnimi eski dosyaları karıştıran parmaklar gibi günler, haftalar, yıllar arasında geriye savurdu. En iyi bölümlerin hepsini buldum ve bunları tekrarlanan bir öne çıkanlar döngüsünde birleştirdim. Sahiplenilip değişmeye başlayana kadar her fırsatta beni reddeden bir sistem aracılığıyla dövüldü ve istismar edildi, eğitimsiz bir şekilde filtrelendi. O zamandan beri obezdim. Evlendim ve boşandım. İki kalp ameliyatı oldum, kendi kendime yüzmeyi öğrendim ve kırık bacaklarla koşmayı öğrendim. Yükseklik korkum vardı, sonra yüksek irtifa hava dalışı yapmaya başladım. Su beni korkuttu, yine de teknik bir dalgıç ve tüplü dalışın ötesinde birkaç zorluk derecesi olan su altı gezgini oldum. Altmıştan fazla ultra mesafe yarışında yarıştım, birkaçını kazandım ve bir pull-up rekoru kırdım. İlkokuldaki ilk yıllarımda kekemelik yaptım ve büyüyerek Navy SEAL'in en güvenilir konuşmacısı oldum. Savaş alanında ülkeme hizmet etmiştim. Yol boyunca, içine doğduğum taciz veya içinde büyüdüğüm zorbalıkla tanımlanamayacağımdan emin olmaya yöneldim. Yetenekle de tanımlanamazdım, fazla bir şeyim yoktu ya da kendi korkularım ve zayıflıklarım.

Aştığım engellerin toplamıydım. Ve hikayemi ülkenin her yerindeki öğrencilere anlatmış olmama rağmen, anlattığım hikayeyi veya kurduğum hayatı takdir edecek kadar asla durmadım. Aklımda, kaybedecek zamanım yoktu. Hayat saatimi asla ertelemedim çünkü her zaman yapacak başka bir şey vardı. Günde yirmi saat çalışsaydım, bir saat çalışır ve üç saat uyurdum, ama o orospu çocuğunu içeri aldığımdan emindim. Beynim takdir etmeye programlanmadı, çalışmak, ufku taramak, sırada ne olduğunu sormak ve bitirmek için programlandı. Bu yüzden pek çok nadir başarı biriktirdim. Her zaman bir sonraki büyük şeyin peşindeydim, ama yatakta yatarken, vücudum gerginlikten gergin ve acıdan zonklarken, net bir fikrim vardı.

Benim için sırada ne vardı? Mezarlık. Yıllarca süren tacizden sonra, nihayet fiziksel bedenimi onarılamayacak şekilde parçalamıştım.

Ölüyordum.

Haftalarca ve aylarca tıbbi gizemime bir çare aradım ama o arınma anında üzülmedim ve aldatıldığımı hissetmedim. Henüz otuz sekiz yaşındaydım ama on hayat yaşamış ve seksen yaşındakilerin çoğundan çok daha fazlasını deneyimlemiştim. Kendime acımıyordum. Bir noktada geçiş ücretinin geleceği mantıklıydı. Yolculuğuma geri dönmek için saatler harcadım. Bu sefer, zafere giden bir bilet bulmayı umarak savaşın hararetindeyken Kurabiye Kavanozunu karıştırmıyordum. Hayatımdaki varlıkları yeni bir son için kullanmıyordum. Hayır, kavga etmeyi bıraktım ve tek hissettiğim minnettarlıktı.

Ben bu kişi olmak için yaratılmadım! Her fırsatta kendimle savaşmak zorunda kaldım ve parçalanmış bedenim benim en büyük ödülümdü. O anda bir daha koşmamın, artık ameliyat yapamamamın, yaşayıp

ölmemin bir önemi olmadığını anladım ve bu kabullenme derin bir takdirle geldi.

Gözlerim yaşlarla doldu. Korktuğum için değil, en dip noktamda netlik bulduğum için. Her zaman çok sert bir şekilde yargıladığım çocuk kimsenin duygularını incitmek için yalan söylemez ve aldatmazdı. Kabullenmek için yaptı. Rekabet edecek araçları olmadığı ve aptal olduğu için utandığı için kuralları çiğnedi. Bunu arkadaşlara ihtiyacı olduğu için yaptı. Öğretmenlere okuyamadığımı söylemeye korkuyordum, özel eğitimin damgalanmasından korkuyordum ve o çocuğa bir saniye daha yüklenmek yerine, genç halimi azarlamak yerine ilk kez onu anladım.

Oradan buraya yalnız bir yolculuktu. Çok şey kaçırdım. Çok eğlenmedim. Mutluluk benim tercih ettiğim kokteyl değildi. Beynim beni sürekli patlatıyordu. Korku ve şüphe içinde yaşadım, hiç kimse olmaktan ve hiçbir şeye katkıda bulunmamaktan korktum. Sürekli kendimi yargılardım ve etrafımdaki herkesi de yargılardım.

Öfke güçlü bir şeydir. Yıllarca dünyaya öfkelendim, tüm gücümü kanalize ettim.

Geçmişimden gelen acı ve onu beni lanet olası cehenneme itmek için yakıt olarak kullandı.

Stratosfer, ancak patlama yarıçapını her zaman kontrol edemedim. Bazen benim

Öfke, benim kadar güçlü olmayan ya da çok çalışmayan insanları kavurdu ve dilimi yutmadım ya da muhakememi saklamadım. Onlara

haber verdim ve bu çevremdeki bazı insanları incitti ve benden hoşlanmayan insanların askeri kariyerimi etkilemesine izin verdi. Ama 2014 sonbaharında o Chicago sabahı yatakta yatarken, tüm bu yargıları bir kenara bıraktım.

Kendimi ve tanıdığım herkesi her türlü suçluluk ve acıdan kurtardım. Geçmişimi dolduran nefret edenlerin, şüphecilerin, ırkçıların ve tacizcilerin uzun listesi, artık onlardan nefret edemiyordum. Onları takdir ettim çünkü beni yaratmaya yardımcı oldular. Ve bu duygu uzadıkça zihnim sakinleşti. Otuz sekiz yıldır bir savaş veriyordum ve şimdi, en son gibi görünen ve hissettiren şeyde huzuru buldum.

Bu yaşamda kendini gerçekleştirmeye giden sayısız yol vardır, ancak çoğu yoğun disiplin gerektirir, bu yüzden çok azı onları alır. Güney Afrika'da San halkı, ilahi olanla iletişim kurmanın bir yolu olarak otuz saat boyunca aralıksız dans eder. Tibet'te hacılar, kutsal bir tapınağa varmadan ve derin meditasyona girmeden önce binlerce kilometre yol kat ederken, haftalarca ve aylarca süren bir secde ritüelinde ayağa kalkar, diz çöker ve tekrar yükselmeden önce yüz üstü yere uzanır. Japonya'da, acı ve ıstırap yoluyla aydınlanma arayışında 1.000 günde 1.000 maraton koşan bir Zen keşişleri mezhebi var. O yatakta hissettiklerime "aydınlanma" diyebilir misin bilmiyorum ama acının zihinde gizli bir kapıyı araladığını biliyorum. Hem en yüksek performansa hem de güzel sessizliğe götüren.

İlk başta, algılanan yeteneğinizin ötesine geçtiğinizde, zihniniz bu konuda çenesini kapamayacaktır. Durmanızı istiyor, böylece sizi bir panik ve şüphe döngüsüne gönderiyor, bu da kendi kendinize yaptığınız işkenceyi büyütmekten başka bir işe yaramıyor. Ama acının zihni tamamen doyurduğu noktaya kadar bunu aşmaya devam ettiğinizde, tek noktalı hale gelirsiniz. Dış dünya sıfırlanır. Sınırlar çözülür ve ruhunuzun derinliklerinde kendinize ve her şeye bağlı

hissedersiniz. Ben de bunun peşindeydim. Nereden geldiğimi ve neler yaşadığımı düşündüğümde daha da derin bir şekilde içimden tekrar gelen o tam bağlantı ve güç anları.

Saatlerce, ışıkla çevrili o sakin alanda, acı kadar şükran, rahatsızlık kadar takdir de hissederek süzüldüm. Bir noktada hülya ateş gibi patladı. Gülümsedim, avuçlarımı başımın üzerine koydum.

Sulu gözler ve başımın üstünü ve ardından arkasını ovuşturdu. Boynumun dibinde. Tanıdık bir düğüm hissettim. Her zamankinden daha fazla şişti. Örtüleri attım ve sonra kalça fleksörlerimin üzerindeki düğümleri inceledim. Bunlar büyümüştü.

Bu kadar temel olabilir mi? Çektiğim acı bu düğümlerle bağlantılı olabilir mi? SEAL'lerin 2010 yılında Coronado'daki üssümüze getirdiği Joe Hippensteel adlı esneme ve ileri fiziksel ve zihinsel eğitim yöntemleri uzmanıyla yaptığım bir seansa geri döndüm. Joe, üniversitede cılız bir dekatloncuydu. Olimpiyat takımı yapmak için tahrik. Ama 1.89'luk bir adamken, ortalama 1.80'lik dünya standartlarında dekatletlere karşı mücadele etmek kolay değil. Daha yükseğe zıplamak ve daha büyük, daha güçlü rakiplerinden daha hızlı koşmak için genetiğini geçersiz kılmak için alt vücudunu geliştirmeye karar verdi.

Bir noktada, bir seansta on set on tekrar için kendi vücut ağırlığının iki katı çömeliyordu, ancak kas kütlesindeki bu artışla birlikte çok fazla gerginlik geldi ve gerginlik yaralanmaya davetiye çıkardı. Ne kadar çok antrenman yaptıysa, o kadar çok yaralanma geliştirdi ve o kadar çok fizyoterapisti ziyaret etti. Denemelerden önce hamstringini yırttığı söylendiğinde, Olimpiyat hayali öldü ve vücudunu çalıştırma şeklini değiştirmesi gerektiğini fark etti. Yoğun esneme ile güç çalışmasını dengelemeye başladı ve belirli bir kas grubu veya eklemde belirli bir

hareket açıklığına ulaştığında, oyalanan ağrı ne olursa olsun, kaybolduğunu fark etti.

Kendi kobayına dönüştü ve insan vücudundaki her kas ve eklem için en uygun hareket aralıklarını geliştirdi. Kendi metodolojilerini çok daha etkili bulduğu için bir daha asla doktora veya fizyoterapiste gitmedi. Bir yaralanma ortaya çıkarsa, kendine bir germe rejimi uyguladı. Yıllar geçtikçe, bölgedeki seçkin sporcular arasında bir müşteri ve itibar oluşturdu ve 2010'da bazı Navy SEAL'lerle tanıştırıldı. Deniz Özel Harp Komutanlığı'nda haber yayıldı ve sonunda hareket menzili rutinini yaklaşık iki düzine SEAL'e tanıtması için davet edildi. Ben onlardan biriydim.

Ders anlatırken bizi inceledi ve esnetti. Adamların çoğunun sorunu, dedi, uygun esneklik dengesi olmadan kasları aşırı kullanmamızdı ve bu sorunlar, Cehennem Haftası'na kadar uzanıyor, bizden binlerce flutter tekmesi yapmamız ve ardından dalgaların üzerimizi yıkadığı soğuk suda sırtüstü uzanmamız istendi. Çoğumuzu normal bir hareket aralığına geri döndürmek için protokolünü kullanarak yirmi saat yoğun esneme alacağını tahmin etti.

Her gün sadece yirmi dakikalık esneme ile kalçalardaki hareketin sürdürülebileceğini söyledi. Optimum hareket aralığı, daha büyük bir taahhüt gerektiriyordu. Yanıma geldiğinde bana baktı ve kafasını salladı. Bildiğiniz gibi üç Cehennem Haftası tattım. Beni esnetmeye başladı ve dedi ki.

O kadar kilitlenmiştim ki çelik kabloları germeye çalışıyor gibiydim. "Yüzlerce saate ihtiyacın olacak," dedi.

O sırada ona aldırış etmedim çünkü esnemeyle ilgili bir planım yoktu. Güç ve güce takıntılıydım ve okuduğum her şey, esneklikteki artışın hız ve kuvvette eşit ve zıt bir düşüş anlamına geldiğini gösteriyordu. Ölüm yatağımdan manzara bakış açımı değiştirdi.

Kendimi toparladım, sendeleyerek banyo aynasının karşısına geçtim, döndüm ve kafamdaki düğümü inceledim, olabildiğimce dik durdum. Bir değil, neredeyse iki inç boyunu kaybetmiş gibi görünüyordum. Hareket aralığım hiç bu kadar kötü olmamıştı. Ya Joe haklıysa?

Farzedelim?

Bugünlerde sloganlarımdan biri huzurlu ama asla tatmin olmuyor. Bir şeydi

Kendini kabullenmenin huzurunun ve benim boktan olanı kabullenmemin tadını çıkarmak için

Dünya olduğu gibi ama bu yatıp ölmeyi bekleyeceğim anlamına gelmiyordu

En azından kendimi kurtarmaya çalışmadan. O zaman bir anlamı yoktu ve değil

Şimdi demek istediğim, kusurlu olanı ya da sadece yanlış olanı kabul edeceğim, bir şeyleri daha iyiye doğru değiştirmek için savaşmadan. Şifa bulmak için ana akım zihne erişmeye çalıştım ama doktorlar ve ilaçları beni çok daha kötü hissettirmekten başka bir işe yaramadı. Oynayacak başka kartım yoktu. Tek yapabildiğim kendimi sağlığıma

geri döndürmeye çalışmak. İlk duruş basitti. Yere oturdum ve bacak bacak üstüne atmaya çalıştım. Hint usulü, ama kalçalarım o kadar sıkıydı ki dizlerim kulaklarımdaydı. Dengemi kaybedip sırt üstü yuvarlandım. Sağa doğru tüm gücümü aldı

Kendim ve tekrar dene. On saniye, belki on beş saniye öylece kaldım.

Bacaklarımı düzeltmeden önce çünkü çok acı vericiydi.

Kramplar vücudumun alt kısmındaki her kası sıkıştırdı ve sıkıştırdı. Gözeneklerimden ter sızdı ama kısa bir dinlenmenin ardından bacaklarımı yukarı katladım ve daha fazla acı çektim. Aynı esnemeyi bir saat boyunca açıp kapattım ve yavaş yavaş vücudum açılmaya başladı. Sonra basit bir dörtlü esneme yaptım. Hepimizin ortaokulda yapmayı öğrendiği şey. Sol bacağımın üzerinde duruyorum. Sağ elimle ayağımı kavrayıp sağ elimi tuttum. Joe haklıydı. Dörtlülerim o kadar hantal ve sıkıydı ki, çelik kabloları germek gibiydi. Yine ağrı on üzerinden yedi olana kadar duruşta kaldım. Sonra kısa bir ara verdim ve diğer tarafa vurdum.

Bu ayakta duruş, kuadımı serbest bırakmama ve psoas'ımı uzatmama yardımcı oldu. Psoas, omurgamızı alt bacaklarımıza bağlayan tek kastır. Pelvisin arkasını sarar, kalçaları yönetir ve savaş ya da kaç kası olarak bilinir. Bildiğiniz gibi, tüm hayatım savaş ya da kaç idi. Toksik stres içinde boğulan genç bir çocuk olarak, o kası fazla mesai yaptım. Üç Cehennem Haftam, Korucu Okulu ve Delta Seçimi sırasında Dino. Savaştan bahsetmiyorum bile. Yine de onu gevşetmek için hiçbir şey yapmadım ve bir sporcu olarak sempatik sinir sistemimi çalıştırmaya devam ettim ve o kadar çok gıcırdıyordu ki psoasım sertleşmeye devam etti. Özellikle uykusuzluk ve soğuk havanın devreye girdiği uzun koşularda. Şimdi, beni içten dışa boğmaya çalışıyordu. Daha sonra pelvisimi eğdiğini, omurgamı sıkıştırdığını ve bağ dokumu

sıkıca sardığını öğrenecektim. Boyumdan iki santim kısaldı. Geçenlerde Joe ile bunun hakkında konuştum.

Size olanlar, nüfusun yüzde 90'ının başına gelenlerin uç bir örneği" dedi. "Kasların o kadar kilitliydi ki kanın çok iyi dolaşmıyordu. Donmuş bir biftek gibiydiler. Donmuş bir bifteğe kan enjekte edemezsin ve bu yüzden kendini kapatıyordun."

Ve savaşmadan gitmesine izin vermezdi. Her esneme beni ateşe attı. O kadar çok iltihaplanma ve iç katılığım vardı, en ufak bir hareket canımı yaktı, kuadrum ve psoas'ımı izole etmek için uzun süreli pozlar hakkında hiçbir şey söylemeyin. Oturup kelebeği esnettiğimde, işkence yoğunlaştı. O gün iki saat gerindim, çok ağrılı bir şekilde uyandım ve ardından geri döndüm.

İkinci gün tam altı saat esnedim. Aynı üç pozu tekrar yaptım ve

Bitti, sonra saf bir çift dörtlü esneme ile topuklarımın üzerine oturmaya çalıştım

Istırap, ben de bir buzağı streç çalıştım. Her seans sert başladı, ancak bir veya iki saat sonra vücudum ağrının hafiflemesine yetecek kadar serbest kaldı.

Çok geçmeden günde on iki saate kadar esnetildim. Sabah 6'da kalktım, sabah 9'a kadar gerindim ve sonra işte masadayken, özellikle telefondayken açılıp kapandım. Öğle yemeği saatimde gerinirdim ve sonra akşam 5'te eve geldiğimde, çuvala vurana kadar gerinirdim.

Boynumdan ve omuzlarımdan başlayıp kalçalara, psoaslara, kalça kaslarına, dörtlülere, hamstringlere ve baldırlara geçmeden önce bir rutin oluşturdum. Esneme yeni takıntım oldu, psoamı yumuşatmak için masaj topu aldım. Kapalı bir kapıya yetmiş derecelik bir açıyla bir tahta dayadım ve baldırımı uzatmak için kullandım. İki yılın büyük bir bölümünde acı çekiyordum ve birkaç ay boyunca sürekli esnettikten sonra, kafatasımın tabanındaki tümseğin, kalça fleksörlerimin etrafındaki düğümlerle birlikte küçülmeye başladığını ve genel sağlığımın ve enerji seviyemin iyileştiğini fark ettim. Henüz esnekliğe yakın değildim ve tamamen kendime dönmüş değildim ama tiroid ilaçlarım dışında hepsini bırakmıştım ve ne kadar esnersem durumum o kadar iyileşiyordu. Haftalarca günde en az altı saat çalıştım. Sonra aylar ve yıllar. Hala yapıyorum

Kasım 2015'te Deniz Kuvvetleri Komutanı olarak ordudan emekli oldum, Hava Kuvvetleri TAC-P'nin bir parçası olan tek askeri adam, bir yılda üç Navy SEAL Cehennem Haftası (ikisini tamamladım) ve BUD/S ve Ordu Korucu Okulu'ndan mezun oldum. Acı-tatlı bir andı çünkü ordu kimliğimin büyük bir parçasıydı. Benim şekillenmeme ve daha iyi bir adam olmama yardımcı oldu ve sahip olduğum her şeyi ona verdim. O zamana kadar Bill Brown da yoluna devam etmişti. O da benim gibi marjinal büyümüş,

Çok önemli olmaması gerekiyordu ve hatta ilkinden sekti

Zekasını sorgulayan eğitmenler tarafından BUD/S dersi. Bugün, o bir

Philadelphia'daki büyük bir firmada avukat. Freak Brown kanıtladı ve kanıtlamaya devam ediyor

Kendini kanıtla

Sledge hala SEAL Timlerinde. Onunla tanıştığımda çok ayyaştı ama antrenmanlarımızdan sonra zihniyeti değişti. Hiç koşmamaktan maraton koşmaya geçti. Bisiklet sahibi olmamaktan San Diego'daki en hızlı bisikletçilerden biri olmaya kadar. Birden fazla Ironman triatlonunu bitirdi. Demir demiri biler derler, biz de bunu kanıtladık.

Shawn Dobbs hiçbir zaman SEAL olmadı, ancak bir Subay oldu. Bugünlerde Teğmen Komutan ve hala çok iyi bir atlet. O bir Ironman, başarılı bir bisikletçi, Navy's Advanced Dive School'da onur adamıydı ve daha sonra bir yüksek lisans derecesi aldı. Tüm başarısının bir nedeni, Cehennem Haftası'ndaki başarısızlığının sorumluluğunu üstlenmesidir, bu da artık ona sahip olmadığı anlamına gelir.

SBG de hala donanmada ama artık BUD/S adaylarıyla uğraşmıyor. Deniz Özel Harp'in her zamankinden daha akıllı, daha güçlü ve daha etkili olmaya devam etmesini sağlamak için verileri analiz ediyor. O artık bir yumurta kafalı. Kenarı olan bir yumurta kafalı. Ama o onun yanındayken ben onunlaydım.

Buffalo ve Brezilya'daki karanlık günlerimizden beri annem de hayatını tamamen değiştirdi. Eğitim alanında yüksek lisans derecesi aldı ve

Aile içi şiddet görev gücünde gönüllü olarak çalışmadığı zamanlarda

Nashville tıp fakültesinde kıdemli yardımcı başkan yardımcısı.

Bana gelince, esnemek güçlerimi geri kazanmama yardımcı oldu. Ordudaki zamanım azalırken, hala rehabilitasyon bölgesindeyken, EMT olarak yeniden sertifika almak için çalıştım. Bir kez daha, liseden beri geliştirmekte olduğum uzun süreli ezberleme becerilerimi sınıfımı birinci olarak bitirmek için kullandım. 1 ayrıca, sınıfımda En İyi Onur Adamı olarak mezun olduğum TEEX Yangın Eğitim Akademisi'ne katıldı. Sonunda, bu kez sıfır yan etki ile tekrar koşmaya başladım ve yeterince iyi bir şekle döndüğümde, birkaç ultraya girdim ve her ikisi de 2016'da Tennessee'deki Strolling Jim 40-Miler ve Vermont'taki Infinitus 88k dahil olmak üzere birçoğunda en üst sıraya geri döndüm. Ama bu yeterli değildi, bu yüzden Montana'da bir vahşi arazi itfaiyecisi oldum.

2015 yazında yangın hattındaki ilk sezonumu tamamladıktan sonra annemin Nashville'deki evine uğradım. Gece yarısı telefonu çaldı. Annem geniş bir çevresi olmadığı için benim gibidir.

Arkadaşlarından ve uygun saatlerde pek telefon araması yapmadığından, bu ya yanlış bir numaraydı ya da acil bir durumdu.

Hattın diğer ucundaki Trunnis Jr.'ın sesini duyabiliyordum. On beş yılı aşkın süredir onu ne görmüş ne de konuşmuştum. Bizimle sertleşmek yerine babamızla kalmayı seçtiği anda ilişkimiz bozuldu. Hayatımın büyük bir bölümünde onun kararını affetmeyi ya da kabul etmeyi imkansız buldum ama dediğim gibi, ben değişmiştim. Yıllar boyunca annem beni temel bilgiler konusunda bilgilendirdi. Sonunda babamızdan ve onun gölgeli işlerinden uzaklaşmış, doktora yapmış ve üniversite yöneticisi olmuştu. Ayrıca çocukları için harika bir baba.

Annemin sesinden bir şeylerin ters gittiğini anlamıştım. Tek hatırladığım annemin sormasıydı. "Kayla olduğuna emin misin?" Telefonu kapattığında, on sekiz yaşındaki kızı Kayla'nın

Indianapolis'te arkadaşlarıyla takıldığını anlattı. Bir noktada daha gevşek tanıdıklar toplandı, kan kaynadı, bir silah çekildi, silah sesleri duyuldu ve gençlerden birini başıboş bir kurşun buldu.

Eski karısı onu aradığında panik halinde olay yerine gitti. Ama geldiğinde sarı bandın dışında tutuldu ve karanlıkta tutuldu. Kayla'nın arabasını ve bir muşambanın altında yatan cesedini görebiliyordu ama kimse ona kızının ölü mü sağ mı olduğunu söyleyemezdi.

Annem ve ben hemen yola çıktık. Indianapolis'e doğru beş saat boyunca eğimli yağmurda saatte seksen mil sürdüm. Suç mahallinden döndükten kısa bir süre sonra garaj yoluna girdik ve burada sarı bandın dışında dururken, bir dedektifin cep telefonuyla çekilmiş bir fotoğrafından kızını teşhis etmesi istendi. Ona mahremiyet haysiyeti veya saygı göstermesi için zaman teklif edilmedi. Bunların hepsini daha sonra yapmak zorunda kaldı. Kapıyı açtı, bize doğru birkaç adım attı ve ağlamaya başladı. Önce annem geldi. Sonra ağabeyimi kucaklamak için çektim ve saçma sapan sorunlarımızın artık bir önemi kalmadı.

Buda ünlü bir şekilde hayatın acı çekmek olduğunu söylemiştir. Ben bir Budist değilim, ama onun ne demek istediğini biliyorum, sen de öyle. Bu dünyada var olmak için mücadele etmeliyiz

Aşağılanma, yıkılan hayaller, üzüntü ve kayıpla. Bu sadece doğa. Her özel yaşam, kendi kişiselleştirilmiş acı kısmıyla birlikte gelir. Senin için geliyor Durduramazsın. Ve bunu biliyorsun.

Yanıt olarak, çoğumuz her şeyi uyuşturmanın ve darbeleri hafifletmenin bir yolu olarak rahatlık aramaya programlandık. Güvenli alanlar oluşturuyoruz. İnançlarımızı doğrulayan medyayı tüketiriz,

yeteneklerimize uygun hobiler ediniriz, nefret ettiğimiz görevleri yapmak için mümkün olduğunca az zaman harcamaya çalışırız ve bu bizi yumuşak yapar. Kendimiz için hayal ettiğimiz ve arzuladığımız sınırlarla tanımlanmış bir hayat yaşıyoruz çünkü o kutunun içinde cehennem kadar rahat. Sadece bizim için değil, en yakın ailemiz ve arkadaşlarımız için. Yarattığımız ve kabul ettiğimiz sınırlar, bizi gördükleri mercek haline gelir. Bu sayede bizi seviyorlar ve takdir ediyorlar.

Ancak bazıları için, bu sınırlar esaret gibi gelmeye başlar ve hiç beklemediğimiz bir anda, hayal gücümüz bu duvarları atlar ve hemen sonrasında ulaşılabilir hissettiren hayallerin peşine düşer. Çünkü çoğu rüya öyledir. Yavaş yavaş değişiklikler yapmak için ilham alıyoruz ve bu canımızı yakıyor. Prangaları kırmak ve kendi algılanan sınırlarımızın ötesine geçmek, sıkı bir çalışma gerektirir – çoğu zaman fiziksel çalışma – ve kendinizi tehlikeye attığınız zaman, kendinizden şüphe duymanız ve acı sizi dizlerinizi bükecek acı verici bir kombinasyonla karşılayacaktır.

Sadece ilham alan veya motive olan çoğu insan bu noktada işi bırakacak ve geri döndüklerinde hücreleri çok daha küçük, prangaları daha da sıkı hissedecek. Duvarlarının dışında kalan birkaç kişi, en büyük hayranlarımız olduğunu düşündüklerimizin sayesinde daha fazla acı ve çok daha fazla şüpheyle karşılaşacak. Üç aydan kısa bir sürede 106 pound kaybetme zamanım geldiğinde, konuştuğum herkes bunu yapmamın hiçbir yolu olmadığını söyledi. “Fazla bir şey beklemeyin,” dedi hepsi. Zayıf diyalogları sadece kendimden şüphe duymamı besledi.

Ama seni yıkacak olan dış ses değil. Kendine ne söylediğin önemli. Şimdiye kadar sahip olacağınız en önemli sohbetler, kendinizle yapacaklarınızdır. Onlarla uyanırsınız, onlarla dolaşırsınız, onlarla

yatarsınız ve sonunda onlara göre hareket edersiniz. İyi ya da kötü olsunlar.

Hepimiz kendimizden en çok nefret edenleriz ve şüphecileriz çünkü kendinden şüphe etmek, hayatınızı daha iyi hale getirmek için herhangi bir cesur girişime doğal bir tepkidir. Beyninizde çiçek açmasını engelleyemezsiniz, ancak onu ve diğer tüm dış gevezelikleri,

"Ya eğer?"

Ya büyüklüğünüzden şüphe duyan ya da yolunuza çıkan herkes için mükemmel bir sikişmekse. Negatifliği susturur. Elinizdeki her şeyi ortaya koyana kadar neler yapabileceğinizi gerçekten bilmediğinizi hatırlatır. İmkansızı en azından biraz daha mümkün hissettiriyor. Ya en karanlık iblislerinizle, en kötü anılarınızla yüzleşmek ve onları tarihinizin bir parçası olarak kabul etmek için güç ve izin varsa. Bunu yaparsanız ve yaptığınızda, onları en cüretkar, aşırı başarıyı tasavvur etmek ve onu elde etmek için yakıt olarak kullanabileceksiniz.

Bir sürü güvensiz, kıskanç insanın olduğu bir dünyada yaşıyoruz. Bazıları bizim en iyi arkadaşlarımız. Onlar kan akrabalarıdır. Başarısızlık onları korkutur. Başarımız da öyle. Çünkü bir zamanlar mümkün olduğunu düşündüğümüzü aştığımızda, sınırlarımızı zorladığımızda ve daha fazlası olduğumuzda, ışığımız etraflarına ördükleri tüm duvarlardan yansır. Senin ışığın onların kendi hapishanelerinin sınırlarını, kendi sınırlarını görmelerini sağlıyor. Ama eğer onlar gerçekten de her zaman olduklarına inandığınız harika insanlarsa. Kıskançlıkları gelişecek ve çok geçmeden hayal güçleri sınırını aşabilir ve daha iyiye doğru değişme sırası onlarda olacaktır.

Umarım bu kitap sizin için bunu yapmıştır. Umarım şu anda orada olduğunu bile bilmediğin kendi saçmalık sınırlarınla burun

burunasındır. Umarım onları yıkmak için gerekeni yapmaya isteklisindir. Umarım değişmeye isteklisindir. Acı hissedeceksin, ama kabul edersen, katlanırsan ve zihnini duygusuzlaştırırsan, acının bile seni incitemeyeceği bir noktaya gelirsin. Yalnız dikkat edilmesi gereken bir şey var. Bu şekilde yaşadığınızda, bunun sonu yok.

Tüm bu esneme sayesinde, kırk üç yaşımdayken yirmili yaşlarımdan daha iyi durumdayım. O zamanlar hep hastaydım, yaram sıkıydı ve stresliydim. Neden sürekli stres kırığı aldığımı hiç analiz etmedim. Ben sadece o boku bantladım. Vücudumu veya zihnimi rahatsız eden ne olursa olsun, aynı çözüme sahiptim. Bantla ve devam et. Şimdi hiç olmadığım kadar akıllıyım. Ve hala peşindeyim.

2018'de yeniden vahşi arazi itfaiyecisi olmak için dağlara geri döndüm. Üç yıldır sahada değildim ve o zamandan beri güzel spor salonlarında antrenman yapmaya ve rahat yaşamaya alışmıştım. Bazıları buna lüks diyebilir. 416 yangını çıktığında Vegas'ta lüks bir otel odasındaydım ve aramayı aldım. Colorado'nun Rocky Dağları'ndaki San Juan Sıradağlarında 2.000 dönümlük bir çim yangını olarak başlayan şey, 55.000 dönümlük rekor kıran bir canavara dönüşüyordu. Telefonu kapattım ve Grand Junction'a giden bir pervane uçağına bindim, bir ABD Orman Hizmetleri kamyonuna yükledim ve yeşil Nomex pantolonum ve sarı, uzun kollu düğmeli, baretimi, dürbünlerimi ve eldivenlerimi giydiğim ve vahşi arazi itfaiyecilerinin en güvendiği silahı olan süper Pulaski'mi aldığım Colorado, Durango'nun dış mahallelerine üç saat sürdüm. O şeyle saatlerce kazabilirim ve yaptığımız da bu. Su sıkmıyoruz. Muhafaza konusunda uzmanız ve bu, bir cehennem yolunda yakıt kalmaması için hatları kazmak ve fırçaları temizlemek anlamına gelir. Her kasımız bitene kadar kazıyoruz, koşuyoruz, koşuyoruz ve kazıyoruz. Sonra her şeyi tekrar yaparız.

İlk gün ve gecemizde, alev duvarları bir milden daha kısa bir mesafeden ilerlerken, savunmasız evlerin etrafına yangın hatları kazdık. Ağaçların arasından serseriyi gördük ve kuraklığın vurduğu ormanda sıcağı hissettik. Oradan 10.000 feet'e konuşlandırıldık ve kırk beş derecelik bir eğimde çalıştık, mümkün olduğu kadar derin kazdık, yanmayacak mineralli toprağa ulaşmaya çalıştık. Bir noktada bir ağaç düştü ve takım arkadaşlarımdan birine sekiz inç çarptı. Bu onu öldürürdü. Havada duman kokusu alabiliyorduk. Motorlu testere uzmanları olan testere ustalarımız ölü ve ölmekte olan ağaçları kesmeye devam etti. O çalıyı bir dere yatağının ötesine çektik. Yığınlar her elli fitte bir üç mil boyunca dağılmıştı. Her biri kabaca yedi ila sekiz fit boyundaydı.

Vergiler hariç, saati 12 dolardan on sekiz saatlik vardiyalarla bir hafta boyunca bu şekilde çalıştık. Gündüz seksen derece, gece otuz altı dereceydi. Mesai bittiğinde minderlerimizi serdik ve nerede olursak olalım açıkta uyuduk. Sonra uyanıp arkasından döndüm, altı gün üstümü değiştirmedim. Mürettebatımdaki insanların çoğu benden en az on beş yaş küçüktü. Hepsi çivi kadar sertti ve şimdiye kadar tanıştığım en çalışkan insanlar arasındaydı. Özellikle kadınlar dahil. Hiçbiri şikayet etmedi. İşimiz bittiğinde 5,2 mil uzunluğundaki bir hattı temizlemiştik. Bir canavarın bir dağı yakmasını engelleyecek kadar geniş.

Kırk üç yaşında, orman yangınlarıyla mücadele kariyerim daha yeni başlıyor. Onlar gibi sert orospu çocuklarından oluşan bir ekibin parçası olmayı seviyorum ve ultra kariyerim de yeniden doğmak üzere. Bell'i getirecek ve hala şampiyonluk mücadelesi verecek kadar gencim. Artık her zamankinden daha hızlı koşuyorum ve ayaklarım için herhangi bir bant veya desteğe ihtiyacım yok. Otuz üç yaşımdayken mil başına 8:35 hızla koştum. Şimdi çok rahat bir şekilde 7:15 mil hızla ilerliyorum, hala bu yeni, esnek, tam işlevli vücuda alışmaya ve yeni halime alışmaya çalışıyorum.

Tutkum hâlâ yanıyor ama dürüst olmak gerekirse öfkemi yönlendirmem biraz daha uzun sürüyor. Artık ana ekranımda kamp kurmuyor, kalbimi ve kafamı ezmekten kaynaklanan tek bir bilinçsiz seğirme. Şimdi ona bilinçli olarak erişmeliyim. Ama bunu yaptığımda, dün olduğu gibi tüm zorlukları ve engelleri, kalp kırıklığını ve sıkı çalışmayı hâlâ hissedebiliyorum. Bu yüzden podcast'lere ve videolara olan tutkumu hissedebilirsiniz. O bok hala orada, yara dokusu gibi beynime kazınmış. Beni kovalamaya ve bütün olarak yutmaya çalışan ama beni her zaman ileriye götüren bir gölge gibi takip ediyorsun.

Önümüzdeki yıllarda birikecek başarısızlıklar ve başarılar ne olursa olsun ve her ikisinden de bol miktarda olacağına eminim, her şeyimi vermeye ve çoğu için imkansız görünen hedefler koymaya devam edeceğimi biliyorum. Ve o orospu çocukları öyle dediğinde, gözlerinin içine bakıp basit bir soruyla cevap vereceğim.

Farzedelim?

TEŞEKKÜRLER

BU KİTAP, tutkumu gerçekten anlayan ve sesimi yakalayan ilk ve tek yazarla tanışmadan önce, ALTI BAŞARISIZ GİRİŞİMLE YEDİ YILDA YAPILDI. Adam Skolnick'e, tüm parçaları bir araya getirmeye ve hikayemi basılı olarak hayata geçirmeye yardımcı olmak için benimle ve berbat hayatımla ilgili her şeyi öğrenmek için

harcadığı sayısız saat için teşekkür etmek istiyorum. Bu kitabın doğruluğundan, kırılganlığından ve ham samimiyetinden ne kadar gurur duyduğumu kelimeler ifade edemez.

Jennifer Kish, söyleyecek sözüm yok. Birçok insan bunu söylüyor ama gerçek bu. Bu sürecin benim için ne kadar zor olduğunu yalnızca sen gerçekten biliyorsun ve sen yanımda olmasaydın kitap olmazdı. Senin sayende, sen kitabın arkasındaki tüm işlerle ilgilenirken ben yangınlarla mücadele etmek için yazmaya zaman ayırabildim. Köşemde "Kish" olduğunu bilmek, kendimi yayınlamak için çok cesur bir karar vermemi sağladı! Bütün bir yayınevinin yapabileceğini tek başına senin omuzlayabileceğini bildiğim için önemli bir kitap avansını geri çevirme cesaretini senin iş ahlakın sayesinde buldum! Söyleyebileceğim tek şey teşekkür ederim ve seni seviyorum.

Annem Jackie Gardner, zor ve boktan bir hayatımız oldu. İkimizin de gurur duyabileceği bir şey çünkü birçok kez etrafta bizi kaldıracak kimse olmadan kıçımızın üstüne düştük. Her nasılsa her zaman ayağa kalkmanın bir yolunu bulduk. Benim için endişelendiğin ve durmamı istediğin birçok kez olduğunu biliyorum, benden daha fazlasını bulmamı sağladığı için asla duygularına göre hareket etmediğin için teşekkür ederim. Çoğu insan için, annenle bir teşekkür olarak böyle konuşmazsın ama bu mesajın gerçekte ne kadar güçlü olduğunu yalnızca sen bilirsin. Sıkı kalmak; seni seviyorum anne.

Kardeşim, Trunnis. Hayatlarımız ve büyüme şeklimiz zaman zaman bizi düşman yaptı ama iş kötüye gittiğinde birbirimizin yanındaydık. Günün sonunda, benim için gerçek kardeşlik budur.

Adam'a izin veren aşağıdaki kişilere çok takdir ve teşekkürler

Ve bu kitap için onlarla röportaj yapacağım. Olayları hatırlamanız yardımcı oldu

Hayatımın doğru ve gerçek bir tasvirini yaratmamı sağlıyor ve bu belirli

Olaylar gelişti.

Kuzenim Damien, sen her zaman en sevilen çocukken, hayatımdaki en iyi zamanlarımdan bazılarını seninle takılarak aptalca şeyler yaptım.

Johnny Nichols, Brezilya'da büyürken arkadaşlığımız bazen sahip olduğum tek olumlu şeydi. Karanlığı çok kişi bilmez

Senin gibi bir çocukken deneyimli. Gerçekten geldiğimde orada olduğun için teşekkürler

En çok sana ihtiyacı vardı

Kirk Freeman, dürüstlüğün için sana teşekkür etmek istiyorum. Sen onlardan biriydin

Bazılarıyla ilgili acı gerçeği söylemeye istekli birkaç kişi

Brezilya'daki zorluklar ve bunun için sonsuza kadar minnettar kalacağım.

Scott Gearen, bugüne kadar, hikayenin ve sadece sen olmanın, hayatımda tek görebildiğim karanlığın olduğu bir zamanda bana ne kadar yardımcı olduğunu asla bilemeyeceksin. On dört yaşındaki bir çocuk üzerinde bıraktığın etki hakkında hiçbir fikrin yok. Doğru bir söz, seni kimin izlediğini asla bilemezsin. O gün PJOC okulunda seni izliyordum. Bunca yıldan sonra arkadaşlığın için minnettarım.

Victor Peña, anlatacak çok hikayem var ama söyleyeceğim tek şey, sen her zaman kötü günde yanındaydın ve sahip olduğun her şeyi verdin. Bunun için çılgın saygı kardeşim,

Steven Schaljo, sen olmasaydın bir kitap bile olmayabilirdi. Donanmadaki en iyi asker toplayıcı sendin. Bana inandığın için tekrar teşekkür ederim.

Kenny Bigbee, BUD/S'deki diğer "Siyahi adam" olduğun için teşekkürler. Mizah anlayışın her zaman tam zamanındaydı. Sıkı dur kardeşim.

Beyaz David Goggins'e, Bill Brown'a, en zor zamanlarda mesafe kat etme istekliliğiniz beni en zor zamanlarda daha iyi yaptı. Seni son gördüğümde, Irak'ta bir görevdeydik, ben 50 kalibrelik bir adamla çalışıyordum ve

Bir M60 kullanıyordunuz. Yakın gelecekte Amerika'da görüşmek dileğiyle! Drew Sheets, üçüncü Cehennem Haftamda benimle teknenin önünde olma cesaretini gösterdiğin için teşekkür ederim. O bokun ne kadar ağır olduğunu çok az kişi bilir! Bir cahil ile siyahi bir adamın bu kadar yakınlaşacağını kim düşünebilirdi ki? Zıt kutuplar birbirini çeker derler doğru!

Shawn Dobbs, bu kitapta yaptığınız şeyi yapmak büyük cesaret istiyor. Koydum

Kendimi orada okuyucuya verdim, ama buna gerek yoktu! Söyleyebileceğim tek şey, hikayenizin bir bölümünü paylaşmama izin verdiğiniz için teşekkür etmek. Hayatları değiştirecek! Brent Gleeson, tanıdığım birkaç adamdan biri "ilk seferde, her

Zaman" gerçekten geçerlidir. Bunun ne anlama geldiğini çok az kişi bilecektir. Sert kalın,

Brent!

SBG, tanıştığım ilk SEAL'lerden biriydin ve çıtayı yükselttin.

BUD/S derslerimin üçünde de beni zorladığınız ve

Hızlı kalp atış hızı izleme eğitim sınıfı! Dana De Coster, bir erkeğin sahip olabileceği en iyi yüzme arkadaşına. İlk müfrezemdeki liderliğin rakipsizdi!

Sledge, tek söyleyebileceğim, demir kesinlikle demiri keskinleştirir! Olduğun için teşekkürler

Benimle her gün peşinden koşan birkaç adamdan biri ve

Daha iyi olma arayışınızda alışılmışın dışına çıkmaya ve yanlış anlaşılmaya istekli.

Morgan Luttrell, 2-5! Yuma'daki anımızdan itibaren her zaman birbirimize bağlı olacağız Chris Kostman, beni bilmeden başka bir seviye bulmaya zorladın.

Kendim. John Metz, tecrübesiz bir adamın yarışına girmesine izin verdiğin için teşekkürler. BT

Hayatımı sonsuza dek değiştirdi. Chris Roman, profesyonelliğin ve detaylara gösterdiğin dikkat beni her zaman şaşırtmıştır. Sen üçüncü olabilmem için büyük bir sebepsin.

Gezegendeki en zor ayak yarışları. Edie Rosenthal, tüm desteğin ve yaptığın harika iş için teşekkür ederim.

Özel Harekat Savaşçı Vakfı Amiral Ed Winters için, sizinle bunca yıl çalışmış olmaktan gurur duyuyorum.

Bir Amiral için çalışmak kesinlikle elimden gelenin en iyisini yapmam için üzerimde baskı oluşturdu.

Her zaman. Devam eden desteğiniz için teşekkür ederiz.

Steve (“Wiz”) Wisoczki, adalet yerini buldu ve bunun için sana teşekkür ediyorum. Hawk, bana “yüzde 13”le ilgili o e-postayı gönderdiğinde, öyle olduğumuzu biliyordum.

Akraba ruhlar. Sen bu dünyada anlayan birkaç kişiden birisin

Açıklama yapmadan ben ve zihniyetim.

Doktor Schreckengaust, beni bu yankıya maruz bıraktığınız için teşekkür ederim. O bok hayatımı kurtarabilirdi!

T., beni o işe ittiğin için teşekkürler kardeşim! Şarj etmeye devam edin.

Ronald Cabarles, örnek olmaya ve sert kalmaya devam edin. Sınıf 03-04 RLTW.

Joe Hippensteel, bana esnemenin doğru yollarını gösterdiğin için teşekkürler. Hayatımı gerçekten değiştirdi!

Ryan Dexter, benimle yetmiş beş mil yürüdüğün ve 205 mile çıkmama yardım ettiğin için teşekkürler! Keith Kirby, yıllar boyunca devam eden desteğiniz için teşekkürler.

Nandor Tamaska, barfiks kaydı için spor salonunu bana ve ekibime açtığın için teşekkür ederim. Misafirperverliğiniz, nezaketiniz ve desteğiniz asla unutulmayacak.

Dan Cottrell, karşılık beklemeden vermek çok ender rastlanan bir şeydir. Hayallerimden birinin kırklı yaşlarımda bir jumper olmasına izin verdiğin için teşekkür ederim!

Fred Thompson, bu yıl harika ekibinle çalışmama izin verdiğin için teşekkür ederim. Sizden ve ekibinizden çok şey öğrendim, Çılgın saygı!

Marc Adelman, ilk günden itibaren ekibin bir parçası olduğunuz ve yol boyunca her adımda verdiğiniz öğütler için teşekkür ederiz. Bu yıl algılanan sınırlamalarınızı aşmanın yolu. Tüm başarılarınızla gurur duyuyorum!

Son olarak, Scribe Media'daki harika ekip için içten şükranlarımı ve takdirlerimi sunuyorum. Tucker Max ile ilk temastan aradaki son ve her temas noktasına kadar, siz ve ekibinizin her üyesi tam da söylediğiniz gibi gereğinden fazla teslim oldunuz! Mükemmel bir profesyonel olan Yayın Müdürüm Ellie Cole'a, harika bir pazarlama planı oluşturmaya yardımcı olan Zach Obront'a, editörüm Hal Clifford'a ve hayal edebileceğim en yetenekli kapak tasarımcısı Erin Tyler'a, tüm zamanların en hastalıklı kitap kapağını yaratmaya yardım ettiği için özel teşekkürler!