
WILLIAM H. MCRAVEN

AUTOR DO BEST-SELLER *ARRUME A SUA CAMA*

O

CÓDIGO

DO

HERÓI

**LIÇÕES APRENDIDAS
DAS VIDAS QUE VIVEMOS**

)) Academia

DADOS DE COPYRIGHT

SOBRE A OBRA PRESENTE:

A presente obra é disponibilizada pela equipe X Livros e seus diversos parceiros, com o objetivo de oferecer conteúdo para uso parcial em pesquisas e estudos acadêmicos, bem como o simples teste da qualidade da obra, com o fim exclusivo de compra futura. É expressamente proibida e totalmente repudiável a venda, aluguel, ou quaisquer uso comercial do presente conteúdo

SOBRE A EQUIPE X LIVROS:

O [X Livros](#) e seus parceiros disponibilizam conteúdo de domínio público e propriedade intelectual de forma totalmente gratuita, por acreditar que o conhecimento e a educação devem ser acessíveis e livres a toda e qualquer pessoa. Você pode encontrar mais obras em nosso site: [X Livros](#).

"Quando o mundo estiver unido na busca do conhecimento, e não mais

lutando por dinheiro e poder,
então nossa sociedade poderá
enfim evoluir a um novo nível."

**O
CÓDIGO
DO
HERÓI**

WILLIAM H. MCRAVEN

**O
CÓDIGO
DO
HERÓI**

**LIÇÕES APRENDIDAS
DAS VIDAS QUE VIVEMOS**

Tradução

Eliana Rocha

)|(Academia

Copyright © William H. McRaven, 2021

Copyright © Editora Planeta do Brasil, 2021

Copyright © Eliana Rocha, 2021

Título original: *The Hero Code: Lessons Learned from Lives Well Lived*

Preparação: Fernanda Guerriero Antunes

Revisão: Mariana Cardoso, Mariana Rimoli e Departamento editorial da Editora Planeta do Brasil

Diagramação: Vivian Oliveira

Capa: André Stefanini

Adaptação para eBook: [Hondana](#)

Dados Internacionais de Catalogação na Publicação (CIP)
Angélica Ilacqua CRB-8/7057

McRaven, William H. (William Harry), 1955-

O código do herói: lições aprendidas das vidas que vivemos [livro eletrônico] / William H. McRaven; tradução de Eliana Rocha. – São Paulo: Planeta, 2021.
160 p.

ISBN 978-65-5535-336-5 (e-book)

Título original: *The Hero Code: Lessons Learned from Lives Well Lived*

1. Heróis 2. Heroísmo 3. Virtudes 4. McRaven, William H. (William Harry), 1955- - Memória autobiográfica I. Título II. Rocha, Eliana

21-0963

CDD 202.13

Índices para catálogo sistemático:

1. Heróis: histórias reais

2021

Todos os direitos desta edição reservados à
EDITORA PLANETA DO BRASIL LTDA.

Rua Bela Cintra, 986, 4º andar – Consolação
São Paulo – SP – 01415-002

www.planetadelivros.com.br

faleconosco@editoraplaneta.com.br

*Dedico este livro a todos os homens e
mulheres notáveis que lutaram contra a
pandemia de Covid-19 para que
o resto de nós pudesse viver e continuar
com nossa vida – os cientistas,
os profissionais de saúde, aqueles
que produzem e fornecem nossos bens e
serviços e os que protegem nossas ruas.
Se alguma vez houve pessoas
dignas do título de herói, são vocês.
Obrigado por tudo que fizeram pela nação!*

Sumário

INTRODUÇÃO

CAPÍTULO UM. CORAGEM

CAPÍTULO DOIS. HUMILDADE

CAPÍTULO TRÊS. SACRIFÍCIO

CAPÍTULO QUATRO. INTEGRIDADE

CAPÍTULO CINCO. COMPAIXÃO

CAPÍTULO SEIS. PERSEVERANÇA

CAPÍTULO SETE. DEVER

CAPÍTULO OITO. ESPERANÇA

CAPÍTULO NOVE. HUMOR

CAPÍTULO DEZ. PERDÃO

EPÍLOGO

O CÓDIGO DO HERÓI

AGRADECIMENTOS

SOBRE O AUTOR

Introdução

Em 1960, quando eu tinha 5 anos, meu pai, um oficial da Força Aérea designado para o Quartel-General Supremo das Potências Aliadas na Europa (SHAPE), trabalhava em Fontainebleau, na França. Morávamos em uma antiga casa de três andares em uma área remota chamada Bella Woods. Com poucas comodidades modernas naquela residência e sem televisão, cresci devorando histórias em quadrinhos americanas: *Batman*, *Homem-Aranha*, *Quarteto Fantástico*, *X-Men*, *Hulk*, *Thor* e *Aquaman*. No entanto, houve um herói que realmente capturou minha imaginação. Ele era americano. As cores de seu traje eram vermelha, branca e azul. Vindo de uma pequena cidade no Kansas, tinha poderes incríveis. Mais rápido do que uma bala em alta velocidade, capaz de transpor edifícios de muitos andares em um único salto, estava sempre resgatando mulheres, crianças e homens em perigo. Era "o campeão dos indefesos e oprimidos". Durante a guerra, meu herói lutou contra os nazistas, os fascistas, os senhores da guerra imperiais e os quintas-colunas. Em parceria com soldados e marinheiros americanos, "aventurou-se em uma gigantesca batalha pelo futuro da democracia" e venceu. Era o homem de aço dos quadrinhos, o Super-Homem!

Eu queria tanto ser como o Super-Homem! Não havia uma toalha na casa que em certo momento não virasse uma capa. Eu pulava de cadeiras, sofás, mesas, qualquer coisa para imitar meu herói. Um dia, quando o mundo estivesse em apuros novamente, eu sabia que o Super-Homem viria nos resgatar. Talvez ele e eu pudéssemos nos unir. Se Batman tinha Robin, por que o Super-Homem não poderia ter um ajudante?

Em 1963, meu pai recebeu ordens de voltar para os Estados Unidos. Minha família e eu viajamos para Calais, na França, embarcamos no transatlântico *SS United States* e, depois de uma viagem de quatro dias, aportamos em

Nova York. Assim que nos registramos no hotel, liguei a televisão. Ali, em preto e branco, estava meu herói, pulando de prédio em prédio, escapando das balas, salvando Lois Lane – e tudo isso acontecendo na cidade de Metrópolis. Metrópolis, Nova York. Eu estava em Metrópolis. Se eu estava ali, talvez o Super-Homem estivesse também.

Ao longo dos dias que se seguiram, meu pai e eu exploramos a cidade. Fomos a todos os lugares: ao Empire State Building, à Feira Mundial, à Times Square. Contudo, enquanto nos aventurávamos pelos cânions dos arranha-céus, eu olhava para cima de maneira constante, esperando ter um vislumbre do Homem de Aço. Meu pai parava ocasionalmente e me perguntava se estava tudo bem. “Claro, claro, está tudo bem”, eu dizia. Afinal, aos 8 anos, eu era muito velho para acreditar no Super-Homem. Na minha mente, sabia que ele era apenas um personagem de quadrinhos, mas em meu coração – ah, em meu coração – eu realmente esperava que ele fosse real. *Porque, se o Super-Homem fosse real, poderia resolver todos os problemas do mundo.* Nada seria demasiado difícil para o Super-Homem. Os nazistas não conseguiram detê-lo. Alienígenas não poderiam feri-lo. Nenhum criminoso era suficientemente esperto para enganar meu herói.

Finalmente, meu pai me parou e perguntou: “Bill, qual é o problema?”. Eu tinha vergonha de contar a ele, mas, depois de algumas cutucadas paternais, eu finalmente disse: “Bem, Nova York é Metrópolis, e eu...”, hesitei, “... estava esperando ver o Super-Homem”. Papai sorriu, colocou o braço em volta de mim, apontou para um policial de Nova York e disse: “Filho, esse é o homem que protege Nova York”.

Se é possível ter uma epifania aos 8 anos, essa foi a minha. Se o Super-Homem não era real, então quem salvaria o mundo? Se o Super-Homem, o Batman ou o Homem-Aranha não viessem, como deteríamos os criminosos, os nazistas, os soviéticos, os alienígenas do espaço sideral e toda a violência e destruição? A resposta foi clara: *dependia de nós.*

Com o tempo, eu me fixei em heróis do mundo real:

astronautas que se esforçavam para chegar à Lua; médicos que criavam vacinas para salvar milhões; líderes civis que marchavam pelos direitos dos que não tinham representação; líderes políticos que formavam novos governos onde o povo tinha voz; soldados condecorados que voltavam da Coreia e, depois, do Vietnã; esportistas que transcendiam a barreira da raça; aventureiros que estavam subindo mais alto, mergulhando mais fundo, navegando mais longe e explorando o desconhecido; visionários que tentavam limpar o ar, salvar os oceanos e proteger os frágeis ecossistemas. Eu me maravilhava com cada um desses homens e mulheres notáveis, mas no fundo eu sabia que não era como eles. Eram mais inteligentes, mais fortes, mais corajosos. Dispunham de todos os atributos que me faltavam. Tinham superpoderes que eu simplesmente não possuía. É por isso que eram heróis, e é por isso que eram as únicas pessoas que poderiam salvar o mundo.

Mas eu estava errado.

Em 1977, me formei na Universidade do Texas, em Austin, e entrei para a Força de Operações Especiais da Marinha dos Estados Unidos conhecida como SEALs (do inglês, Sea, Air, and Land, por atuar em Mar, Ar e Terra). Ao longo dos 37 anos seguintes, viajei pelo mundo. Vi o pior da humanidade: guerra e destruição; doença e pobreza; crueldade e indiferença. O mundo estava cheio de problemas, aparentemente incontrolláveis, insolúveis, impossíveis! No entanto, nesses 37 anos também vi o melhor da humanidade. Homens e mulheres que buscavam a paz, que reconstruíram nações, que curaram doenças e tiraram os pobres da miséria. Homens e mulheres cuja compaixão era tão profunda que fazia a crueldade e a indiferença empalidecerem em comparação; homens e mulheres de todas as classes sociais, de todas as origens socioeconômicas, de todas as raças, de todos os credos, gêneros e orientações.

Percebi que existe um herói em todos nós. Há um código inato desde o nascimento da humanidade. Está escrito em nosso DNA. Foi ele que conduziu a grande expansão do ser humano para fora da África, que convocou os exploradores a atravessar os desertos e os mares, que ajudou a criar as grandes crenças, que encorajou

os primeiros cientistas e filósofos.

Ele alimentou os fracos e doentes. Disse a verdade para as massas. Trouxe ordem ao caos e esperança aos desesperados. Esse código não é uma cifra, um criptógrafo ou um quebra-cabeça a ser resolvido. É um código moral, um código interno de conduta que leva a raça humana a explorar, nutrir, confortar, inspirar e rir para que as sociedades possam florescer.

Este livro é sobre heróis e suas virtudes. Você talvez se pergunte se pode ser tão corajoso, compassivo ou humilde quanto os homens e mulheres destas histórias. *Confie em mim, você pode!* Para alguns, viver o código do herói vem mais naturalmente. A maioria de nós, porém, precisa aprender a gerar essas virtudes. Precisamos vê-las na vida dos outros e espelhá-las em nós. Precisamos construir essas qualidades em pequenos passos que, posteriormente, se tornam a base de nosso caráter.

Espero que você descubra que as histórias deste livro e essas lições de caráter são de grande importância enquanto você constrói uma vida digna do respeito dos outros. A dura verdade é que o Super-Homem não vem salvar a humanidade. Cada um de nós terá de fazer a sua parte. Cada um de nós precisará encontrar o herói dentro de si e trazê-lo para fora. Então, pegue uma toalha, suba em uma cadeira e vamos dar esse salto!

CAPÍTULO UM

Coragem

Assim que entrei no amplo centro de comando do Quartel-General de Operações Especiais em Tampa, no estado da Flórida, um sargento vestido com uniforme camuflado convocou os soldados a se colocarem em posição de sentido. Todos se levantaram de suas mesas e se mantiveram de pé até eu me sentar na mesa principal.

“Podem sentar-se”, anunciei.

Era o *briefing* diário de comando, e mais de cem soldados, marinheiros, aviadores, fuzileiros navais e civis estavam reunidos ao redor da sala; todos preparados para oferecer a mim, o almirante 4 estrelas, algumas ideias sobre os eventos da noite anterior.

Na parede de 9 metros de altura à minha frente havia um conjunto de displays de 70 polegadas, cada um com informações vitais sobre nossas operações especiais ao redor do mundo. No centro da parede, um amontoado de câmeras e microfones me permitiam fazer uma videoconferência com meus comandantes.

Ao meu lado estava meu sargento-mor, Chris Faris, um Ranger altamente condecorado e operador das Forças Especiais. Faris e eu tínhamos estado juntos nos últimos cinco anos. Ele era indispensável para mim. No entanto, quando me virei para cumprimentá-lo, percebi que algo estava errado. Ele se manteve calado e devolveu minha saudação com um simples aceno.

Na frente do centro de comando, um jovem oficial começou a informar os resultados das missões da noite anterior. Enumerou algumas operações dos Rangers e dos SEALs no Afeganistão, falou sobre programas de treinamento na África e, enfim, chegou ao relatório de baixas. Naquele momento, eu orei em silêncio.

“Senhor, ontem à noite, na província de Kandahar, tivemos três militares mortos: o soldado de primeira classe Christopher Horns,

o sargento de primeira classe Kris Domei e...”, ele fez uma pausa, “... a tenente Ashley White, das Equipes de Apoio Cultural (CSTs).” Respirei fundo.

“O que aconteceu?”, perguntei solenemente.

“Senhor, os Rangers estavam conduzindo uma missão de rotina em Kandahar e tinham prendido os talibãs em uma armadilha. Os dois Rangers e a tenente White pisaram em uma mina que explodiu. Os Rangers morreram instantaneamente.”

O jovem oficial parou novamente, lutando com a frase seguinte.

“A tenente White ficou gravemente ferida na explosão.” Ele hesitou. “O helicóptero do serviço médico a levou para Kandahar, mas ela morreu no hospital.”

Todos na sala estavam olhando para baixo ou para mim.

Perder soldados nunca é fácil. A vida dos dois Rangers era preciosa, mas, de alguma forma, o pai que existia em mim, o pai de uma filha da idade de Ashley, teve dificuldade em aceitar sua perda. Não foi a primeira mulher que perdi em combate, mas daquela vez foi pessoal. Ashley White nunca estaria nessa missão se não fosse por mim.

Em 2008, como almirante 3 estrelas, assumi o Comando Conjunto de Operações Especiais. Enquanto o comando estava baseado na Carolina do Norte, passamos a maior parte do tempo no Iraque e no Afeganistão. Depois de assistir a nossas operações de combate noite após noite, percebi claramente que precisávamos ter mulheres americanas em nossas missões. Precisávamos dessas mulheres para nos envolvermos com as mulheres afegãs. O fato é que homens, até mesmo afegãos, eram culturalmente inadequados para interagir com membros do sexo oposto. Além disso, eram as esposas afegãs, as filhas, as irmãs que tinham informações vitais sobre o inimigo que estávamos rastreando. Sem militares mulheres para interagir com as afegãs, estávamos lutando com uma mão amarrada às costas. Sem militares mulheres, as missões estavam em risco muito maior. Mas eu não precisava de uma militar qualquer, eu precisava das melhores! Precisava de mulheres destemidas, física e

mentalmente fortes, capazes de suportar o estresse constante da guerra. Mulheres que estivessem lado a lado com guerreiros de combate sem se sentirem intimidadas pela experiência deles, sem serem afastadas pela grosseria e pelo comportamento insensível deles. Lutávamos duro todas as noites, e, ao longo dos anos, as perdas aumentaram. E com essas perdas vieram homens marcados pelo poder de matar. Eu necessitava de mulheres igualmente resistentes, corajosas e comprometidas com a missão. Como consequência, solicitei a meus superiores que criassem as Equipes de Apoio Cultural (CSTs) como parte de minhas operações de combate. Ashley White foi uma das primeiras voluntárias.

Todas as candidatas às CSTs foram enviadas para Fort Bragg, na Carolina do Norte, e se submeteram a extenso treinamento físico e psicológico em preparação para ir ao exterior. Ashley estava incrivelmente em forma, capaz de realizar vinte flexões seguidas e se igualar aos homens na maioria dos testes físicos. Um instrutor a chamou de "Loira Megatron". No entanto, ela não era só durona, era uma dama em todos os aspectos. Sua companheira de equipe, a capitã Meghan Curran, disse que Ashley "era esposa e filha... tinha um lado doce e não sentia medo. Não receava ser feminina, mas, ao mesmo tempo, era uma guerreira".

Em agosto de 2011, Ashley estava no Afeganistão conduzindo missões com o 75º Regimento de Rangers, a elite entre as unidades de infantaria do país. Semanas depois de chegar ao Afeganistão, envolveu-se em um tiroteio com o Talibã, pelo qual ganhou o cobiçado Distintivo de Ação de Combate, concedido apenas aos soldados alvejados pelo inimigo. Com sua humildade típica, ela fez pouco da ação, afirmando que não havia sido nada de mais.

Todas as noites Ashley vestia o colete de proteção, pegava a arma, subia em um helicóptero e voava para a escuridão da noite sem saber se voltaria. Mas, apesar do perigo, dos riscos e da possibilidade de perder tudo, seu maior medo era decepcionar

seus companheiros: não estar presente quando precisavam dela. Ashley White, porém, esteve *sempre* presente para seus companheiros soldados. Estava *sempre* pronta. *Sempre* preparada. *Sempre* focada na missão. Na noite de 22 de outubro de 2011, não foi diferente. Ela deixou de lado seus medos e embarcou no helicóptero, porque não importava o que a noite trouxesse; ela não decepcionaria os soldados que amava. A única diferença dessa noite é que a notável coragem de Ashley custaria sua vida.

O combate tem um jeito todo próprio de nos desgastar. O medo nos devora todas as noites. Sussurra em nosso ouvido e povoa nossos piores pesadelos. É preciso ter uma extraordinária coragem só para se levantar de manhã e encarar o dia. É preciso ainda mais coragem para encarar o dia com entusiasmo, conhecendo os desafios e os riscos. No entanto, heróis reais como Ashley White fazem isso porque encontraram coragem de enfrentar seus medos, e essa coragem fortalece seus nervos e sua determinação.

Em cada carta que escrevi aos pais ou ao cônjuge de um soldado morto, eu disse, sem hesitação, que seus heróis morriam fazendo o que amavam ao lado de homens e mulheres que os amavam e respeitavam. Por mais dolorosas que essas palavras pudessem ser em seu tempo de luto, eram verdadeiras. Ashley White amava os militares com os quais servia, e sua coragem era a personificação desse amor, assim como os ganhadores da Medalha de Honra: tenente Mike Murphy, comandante Mike Monsoor, sargentos John Chapman e Robbie Miller – ou os SEALs e soldados a bordo dos helicópteros Turbine 33 e Extortion 17 que voaram para resgatar seus companheiros e nunca voltaram. Ou os milhares de outros soldados, marinheiros, aviadores, fuzileiros navais e civis que nos deram tanto desde o 11 de Setembro.

Mas coragem não é uma qualidade apenas dos guerreiros. Longe disso. Tenho visto atos de heroísmo de médicos que cuidam dos enfermos, policiais que patrulham as ruas, bombeiros que correm para prédios em colapso, pais que protegem os filhos e inúmeras pessoas que encontraram coragem para superar seus

medos e fazer coisas extraordinárias.

Às vezes, no entanto, a coragem física para enfrentar os inimigos da nação ou as ameaças nas ruas empalidece em comparação à força necessária para enfrentar o inimigo interior. Cada um de nós deve lidar com desafios em nossa vida: medo, incerteza, arrependimento, álcool, drogas, depressão... Muitas vezes a coragem dos outros para enfrentar seus próprios demônios me inspirou. Vi com muito orgulho como meu sargento-mor, Chris Faris, e sua esposa, Lisa, compartilharam sua história pessoal com milhares de militares: o estresse pós-traumático de Chris

e a luta do casal para manter a família unida. Chris e Lisa encorajaram centenas de outros guerreiros que procuravam ajuda. O relato deles, sem dúvida, salvou a vida de muitos jovens, homens e mulheres, à beira do suicídio.

Mas não foram só as tropas que lutaram com essas feridas invisíveis. O general 4 estrelas Carter Ham deu o passo extraordinário de tornar pública sua batalha contra a depressão e o estresse pós-traumático, esperando que sua revelação encorajasse outros a fazer o mesmo. O almirante Sandy Winnefeld, ex-vice-presidente do Estado-Maior Conjunto, perdeu um filho para a crise dos opioides. Ele e a esposa, Mary, começaram uma campanha, o SAFE Project, para ajudar outras pessoas a lutar contra esse vício.

Nenhum de nós está imune à dor e à decepção. Mas se você duvida por um segundo que tem a coragem necessária para enfrentar o mal no mundo ou aquela fraqueza que reside no fundo de todos nós, você está errado.



Diz a lenda que, durante a batalha pela independência do Texas, o Coronel William B. Travis puxou seu sabre e desenhou uma linha na areia aos pés dos homens que defendiam o Álamo. Ele lhes informou de que a morte deles nas mãos do Exército do general mexicano Santa Anna era quase certa. Qualquer homem

que quisesse deixar o forte poderia fazê-lo. No entanto, os que quisessem ficar e lutar deveriam dar um passo à frente: um passo à frente da linha traçada na areia. Embora políticos, historiadores e pessoas bem-intencionadas de ambos os lados possam debater a justiça da batalha, ninguém pode contestar a coragem dos homens que ficaram e seu impacto no futuro dos Estados Unidos.

Todos temos nossas linhas na areia, esses medos que nos impedem de sermos corajosos, mas tudo que temos de fazer para superar esses obstáculos, esses desafios, é dar um passo à frente. *Apenas um.* Dê um passo à frente e entre no helicóptero. Dê um passo à frente e fale com um médico. Dê um passo à frente e lute contra a injustiça. Dê um passo à frente e desafie os tiranos. Dê um passo à frente e enfrente seus demônios interiores. E, se der esse passo à frente, você encontrará a coragem que procura, a coragem necessária para superar seus medos e ser o herói que deseja ser.

O CÓDIGO DO HERÓI

Sempre me esforçarei
para ser corajoso,
para dar um passo à
frente enquanto
enfrento meus medos.

CAPÍTULO DOIS

Humildade

A sala de jantar era pequena e íntima, com um belo piso de madeira e portas francesas que levavam a uma ampla escada acarpetada que descia para o saguão. A mesa principal estava posta para nove pessoas, e seis outras mesas redondas estavam espalhadas pela sala. Meu anfitrião para esse jantar privado era o dr. Kenneth Cooper, famoso cardiologista cujo primeiro livro, *Aerobics*, publicado em 1968, inspirou a revolução fitness. Cooper havia me convidado para falar mais tarde no Instituto Cooper em Dallas, no estado do Texas. Ele e a esposa, Millie, sentaram-se à minha frente. À minha direita estavam Roger Staubach, *quarterback* do time de futebol americano Dallas Cowboys, que estava no Hall da Fama, e sua esposa, Marianne. Depois da minha aposentadoria da Marinha em 2014, Roger e eu nos tornamos bons amigos. Outro casal muito simpático de Dallas estava sentado ao lado dos Coopers; e, à minha esquerda, um cavalheiro mais velho e sua esposa.

O dr. Cooper fez alguns comentários de abertura para seus convidados e, em seguida, o jantar foi servido. O casal de Dallas estava um tanto longe para que pudéssemos conversar; e os Staubachs, envolvidos com os Coopers. Então, voltei minha atenção para o senhor mais velho sentado mais perto de mim. Antes, eu tinha andado em volta da mesa apresentando-me aos companheiros de jantar, mas não conseguira ouvir o sobrenome do homem mais velho. Só sabia que seu primeiro nome era Charlie.

“Você mora aqui em Dallas?”, perguntei.

“Não, não”, ele respondeu. “Minha esposa Dotty e eu vivemos em New Braunfels.”

New Braunfels era uma cidade adorável não muito longe de San Antonio, onde eu cresci.

“Como você acabou em New Braunfels?”

“Bem, estive na Força Aérea por alguns anos, e, quando me aposentei, decidimos nos estabelecer em New Braunfels.”

“Força Aérea.” Eu sorri. Agora tínhamos uma conexão. “Meu pai foi piloto de caça na Força Aérea, onde meu filho também está atualmente.”

“Ah, amei meu tempo no serviço”, disse ele.

“O que você fazia na Força Aérea?”

“Eu era piloto”, respondeu ele.

Agora que olhava para ele, tudo parecia se encaixar. Embora eu imaginasse que ele estivesse com pouco mais de 80 anos, ainda era magro e de aparência atlética, e tinha a postura de um homem que sabia seu valor.

“O que você pilotou?”, perguntei.

“Ah, um pouco disso e um pouco daquilo.”

“Um homem de muitos talentos, hein?”

“Ou um cara que não conseguia manter um emprego.” Ele riu.

Sorri do comentário dele, mas agora eu hesitava em continuar a conversa. Os pilotos podem ser sensíveis sobre que lugar ocupam na hierarquia, e, se ele não estivesse no topo, a conversa poderia ficar estranha.

Ao longo da noite, extraí mais algumas informações do meu novo conhecido, no entanto, Charlie parecia muito relutante em falar de si. Estava muito mais interessado em mim e na minha família. Queria saber tudo sobre meu filho na Força Aérea e meus outros dois filhos. Ficou muito impressionado que minha esposa e eu estivessemos comemorando nosso quadragésimo aniversário de casamento, embora estivesse claro para mim que a esposa dele, Dotty, era o amor de sua vida e que eles estavam casados havia bem mais tempo. Ele perguntou sobre minha carreira na Marinha. Como fiquei sabendo, Charlie frequentara a Academia Naval antes de se transferir para a Força Aérea.

Quando a sobremesa chegou, senti que éramos bons amigos. Sua confiança silenciosa, sua natureza gentil e seu interesse genuíno em mim e minha família construíram instataneamente uma relação que muitas vezes leva anos para se desenvolver. Ele também me lembrou muito o meu pai. Sorriu diversas vezes, riu

com facilidade e foi amável com todos à mesa. No entanto, durante uma hora de jantar, eu ainda não sabia seu nome completo. Quando nos levantamos da mesa, agradei a Charlie e a Dotty pela noite maravilhosa. Eles fizeram um convite para Georgeann e eu irmos a New Braunfels algum dia e nos juntarmos a eles para um churrasco. Era uma viagem que eu esperava fazer qualquer dia.

Enquanto caminhávamos pela escada até o saguão, Roger Staubach parou ao meu lado.

“Parece que você e Charlie estavam tendo uma ótima conversa”, supôs ele.

“Sim, que cara maravilhoso”, respondi.

“Você pode imaginar como deve ter sido?”, perguntou Staubach.

“O que você quer dizer?”, eu perguntei.

“Quero dizer caminhar na Lua. Pense só. Apenas doze homens na história do mundo fizeram isso.”

“Sinto muito, Roger, mas do que você está falando?”

“Charlie. Charlie Duke”, disse ele.

“O que tem Charlie Duke?”

Roger riu.

“Você não sabia?”

“Saber o quê?”

“Charlie Duke foi o homem mais jovem a caminhar na Lua.”

Baixei a cabeça, constrangido. É claro! *General Charles Duke*, Força Aérea dos Estados Unidos, o décimo homem e o mais jovem a pisar na superfície lunar. Depois de se formar na Academia Naval em 1957, Duke se transferiu para a Força Aérea e tornou-se piloto de testes. Em 1966, foi aceito no programa de astronautas. Duke foi a voz do Controle da Missão durante o primeiro pouso na Lua da Apollo 11. Como tripulação reserva da malfadada Apollo 13, Duke e seus colegas astronautas John Young e Ken Mattingly trabalharam no simulador a fim de encontrar uma solução para trazer a tripulação para casa em segurança. Então, em 16 de abril de 1972, Duke e Young desembarcaram nas Terras Altas de Descartes, o ponto mais alto

da Lua, e posteriormente realizaram três missões com veículos exploradores para inspecionar a área circundante.

“Você sabe”, eu disse, voltando-me para Roger, “que durante toda a nossa conversa no jantar ele nenhuma vez mencionou o pequeno, trivial, insignificante fato... *de que caminhou na Lua!*”

“Não estou surpreso”, Roger sorriu. “Ele é um homem muito humilde.”

Como descobri mais tarde, porém, a humildade de Charlie Duke foi duramente conquistada. Depois do pouso na Lua, ele se tornou um herói nacional. Com sua recém-descoberta celebridade, vieram matérias de televisão e rádio com ofertas de muito dinheiro e vida fácil. A sedução da fama e da fortuna causou muito estresse em seu casamento e em sua família. Tudo isso mudou, no entanto, quando Dotty se tornou cristã e Charlie logo a seguiu. A fé lhes ensinou a humildade e os ajudou a reconhecer que na vastidão do Universo, na complexidade incalculável da natureza, na épica história da evolução humana, nossas maiores conquistas individuais, *até mesmo caminhar na Lua*, empalidecem em comparação com as obras de Deus. Em Mateus 23:12, Jesus diz: “Quem se exaltar será humilhado, e quem se humilhar será exaltado”.

No entanto, não é apenas o cristianismo que exalta as virtudes da humildade. O Alcorão nos diz que “os servos dos mais misericordiosos são aqueles que caminham sobre a Terra em humildade”. O Antigo Testamento, em Provérbios 11:2, diz: “... com humildade vem a sabedoria”. Confúcio afirma que “a humildade é a base sólida de todas as virtudes”. Os hindus acreditam que “apenas os humildes sabem apreciar e admirar as boas qualidades dos outros”. E Buda, por sua vez, alega: “Você não aprende nada com a vida se acha que está certo o tempo todo”. Mesmo o filósofo grego Sócrates corajosamente exclamou que era o *homem mais sábio da Grécia* porque sabia que, comparada à de Deus, “a sabedoria dos homens vale pouco ou nada”.

A humildade é a mais simples de assumir entre todas as qualidades heroicas e, no entanto, a menos expressa. Ser humilde

é reconhecer que o intelecto, as forças físicas, a riqueza, empalidecem comparados com a vastidão, a complexidade, a riqueza, o poder e a grandeza do Universo. E, se somos humilhados pelo nosso lugar no Universo, então é muito mais provável que vejamos que nossas diferenças são infinitamente pequenas. Estamos muito mais propensos a ver que nosso entendimento é frustrante e que nosso poder de superar até mesmo os menores desafios é igualmente difícil. A humildade nasce do respeito. Respeito pelo que não sabemos. Respeito pelo que não podemos ver prontamente. Contudo, se possuímos essa humilde abordagem da vida, é provável que saibamos apreciar a beleza que nos cerca, que nos sintamos mais predispostos a olhar para um microscópio ou perscrutar as estrelas, que sejamos admirados, que estejamos mais propensos a nos inspirar por pequenos atos de bondade. E é muito mais provável que tratemos os outros como gostaríamos que eles nos tratassem.

O poder da humildade é o que nos aproxima, e o papel de cada herói é unir as pessoas, não as separar. *Sejamos humildes. A humildade faz bem.*

O CÓDIGO DO HERÓI

Trabalharei para ser
humilde e reconhecer os
limites de meu intelecto,
de minha compreensão e

de meu poder.

CAPÍTULO TRÊS

Sacrifício

Eu estava sentado em silêncio quando o homem no pequeno palco começou a falar. Vestido com paletó e calças esportivas, ele era alto, estava em forma e tinha o porte militar que indicava ser ex-fuzileiro naval. Com pouco mais de 70 anos, o tenente aposentado Patrick "Clebe" McClary, do Corpo de Fuzileiros Navais dos Estados Unidos, tinha um forte sotaque sulista, e sua careca estava um pouco queimada de sol. Lembro-me de pensar que, se não fosse pelo braço perdido e pelo tapa-olho preto que usava no lado esquerdo, provavelmente ainda poderia estar servindo. Mas, como McClary se apressou em dizer, ele não estaria ali se não fosse pelo sacrifício de um jovem fuzileiro negro em uma colina no Vietnã em 1968, um ato de heroísmo que mudaria muitas vidas e daria a toda uma geração uma nova perspectiva da dignidade humana.



O sol tinha se posto havia muito tempo no topo da Colina 146 no vale Quang Duc, no Vietnã, quando a pequena equipe de reconhecimento composta de quinze homens pousou. Desembarcando do helicóptero, McClary, o oficial encarregado, imediatamente ordenou que seus homens se espalhassem e assumissem posições de luta. A colina, ou o que restou dela, estava coberta de minas, armadilhas e os insidiosos poços punjabi, buracos profundos cheios de estacas envenenadas. A Colina 146 era uma posição estratégica no vale. Os fuzileiros sabiam disso, assim como o Exército norte-vietnamita.

Ao longo do dia seguinte, essa equipe de reconhecimento dos fuzileiros, chamada de Texas Pete, continuou a reforçar suas trincheiras, preparando-se para um possível ataque inimigo.

Assim que amanheceu, em 5 de março de 1968, começou a chover foguetes, lançados por uma grande força norte-vietnamita

e vietcongue. No vale, os sapadores inimigos, com granadas e cargas de demolição amarradas no peito, iniciaram um ataque suicida. McClary, gritando ordens e pedindo apoio da artilharia, corria de trincheira em trincheira quando os vietcongues iniciaram um ataque completo.

De sua posição na borda da colina, o soldado de primeira classe Ralph Johnson e dois companheiros fuzileiros começaram a atacar o inimigo. Ao redor de sua trincheira, "mochilas cargueiras", sacos de lona cheios de explosivos, estavam sendo arremessadas pelos vietcongues que avançavam. Balas de grande calibre zuniam sobre a cabeça deles, e o barulho das explosões era ensurdecedor. Em pouco tempo, a força inimiga avassaladora convergia para a nossa posição.

"Granada!", alguém gritou a distância, e os três fuzileiros instintivamente se jogaram no chão.

O terreno explodiu a poucos metros de distância.

"Granada!", foi o segundo aviso, e outra explodiu, dessa vez ainda mais perto. Os vietcongues avançavam rapidamente agora, e Johnson e os outros dois fuzileiros estavam ficando sem munição.

Abalado por uma das explosões, McClary mergulhou na trincheira mais próxima, a poucos metros de Ralph Johnson. Enquanto Johnson e seu companheiro continuavam a disparar contra o ataque vietcongue, uma granada inimiga pousou com um ruído surdo no calcanhar da bota de Johnson.

"Granada!", Johnson gritou e, sem hesitação, o fuzileiro de 19 anos sufocou o explosivo com seu corpo, protegendo seus companheiros da explosão. A granada rasgou Ralph Johnson, matando-o instantaneamente. Atordoados com sua perda e inspirados pelo notável heroísmo de Johnson, os fuzileiros do Texas Pete se reagruparam contra os vietcongues e aguentaram até a chegada de reforços.

Uma encosta isolada no meio do Vietnã parecia um lugar improvável para mudar os Estados Unidos. No entanto, após a batalha na Colina 146, a notícia do sacrifício de Ralph Johnson se espalhou rapidamente. Esse jovem fuzileiro negro, criado no sul

profundo sob segregação racial, com pouca educação formal, deu uma prova incontestável de devoção aos homens com quem serviu.

Após se recuperar de seus ferimentos e mais de trinta cirurgias, Clebe McClary fez desse episódio sua vocação de vida, indo de cidade em cidade contar a história de Ralph Johnson. Homens e mulheres de todas as idades e raças souberam como aquele jovem humilde de Charleston viveu as escrituras de João 15:13 e deu a vida por seus amigos.

Por suas ações naquele dia, o soldado de primeira classe Ralph H. Johnson receberia a Medalha de Honra postumamente. Seu sacrifício, porém, resultaria em mais do que apenas a maior honra da nação. Abriria os olhos de tantos americanos que, envolvidos no conflito racial dos anos 1960, veriam esse ato altruísta, essa decisão de fração de segundo de salvar seus companheiros fuzileiros navais como inspiração para todos, como um reconhecimento de que o ser humano é digno de respeito e sacrifício, independentemente da cor da pele.



O dia 28 de março de 2018 foi frio em Charleston. Eu coloquei a mão sobre o coração enquanto a Guarda da Bandeira da Marinha apresentava a bandeira e a banda tocava o hino nacional. À minha frente, ancorado no píer, estava o mais novo destróier da Marinha dos Estados Unidos, *USS Ralph Johnson*. Mais de 5 mil pessoas estavam presentes, incluindo a extensa família Johnson e a irmã de Ralph, Helen.

A tripulação do *Ralph Johnson*, vestida com uniformes azuis imaculados, se colocou em posição de sentido. Enquanto o vento frio da primavera açoitava o píer, os dignitários, do ex-governador da Carolina do Sul ao comandante do Corpo de Fuzileiros Navais, fizeram seus discursos. Era difícil não sorrir ao ver as mudanças, sentir o respeito, saber que éramos uma nação melhor por causa de Ralph Johnson.

Em suas observações, o senador Tim Scott, 1º senador afro-

americano do estado da Carolina do Sul, disse que Ralph Johnson “deixou um legado que deve durar uma eternidade. Ele tinha uma visão que todos nós deveríamos adotar: a de que somos melhores juntos. Ele estava disposto a sacrificar a vida por uma causa maior. Essa é a essência do serviço acima do indivíduo. Nossos verdadeiros heróis vêm da obscuridade, mas vão viver eternamente em nossos corações, nossas mentes e, espero, em nossas ações”.

Ralph Johnson estava disposto a sacrificar sua vida por uma causa nobre: não a Guerra do Vietnã, mas o amor e a amizade pelos homens que serviram com ele. Aquele breve ato de heroísmo em uma colina distante mudou para sempre a vida de seus companheiros fuzileiros e deixou um legado que durará uma eternidade.

Para a maioria de nós, porém, os sacrifícios não ocorrem em um momento de valor extraordinário. São pequenos atos de doação que com o tempo se tornam notáveis: a mãe solteira que tem dois empregos para criar os filhos; o professor que se dedica a um aluno em dificuldades; o policial que treina uma equipe de basquete juvenil; o filho que cuida dos pais doentes. O que torna esses sacrifícios tão heroicos é que não há multidões reunidas em agradecimento, nenhum prêmio a receber e nenhuma palavra sobre sua bravura. Nada resulta para você além do conhecimento de que suas ações foram nobres – um ato de bondade sem expectativa de gratidão.

Todos esses sacrifícios são um investimento na humanidade, e, como qualquer investimento, um pouco por dia gera riqueza. Não o tipo de riqueza que se pode gastar, mas que pode nos tornar ricos – ricos em gratidão, ricos em satisfação, ricos em admiração.

Aprender a se sacrificar é fácil. Comece *dando um pouco de si todos os dias*. Dê um tempo a seus amigos. Dê um pouco do seu dinheiro a uma causa digna. Dê um pouco de amor à sua família. Todos os dias, *doe um pouco de si*. A doação se tornará um hábito, uma parte do seu caráter. Em um mês, em um ano, em uma década, em uma vida, todo esse sacrifício vai se acumular e se tornar algo especial. Com isso, o sacrifício será uma bênção,

uma recompensa, uma obsessão magnífica, e nenhum fardo será grande demais – e você deixará um legado digno de respeito e admiração. De um herói.

O CÓDIGO DO HERÓI

Aprenderei
a me sacrificar,
dando um pouco
do meu tempo,
meu talento e
meu dinheiro aos
necessitados.
Todos os dias.
Sem falhar.

CAPÍTULO QUATRO

Integridade

Nem todas as lições importantes da minha vida foram aprendidas no campo de batalha...

Enquanto eu corria pelo longo corredor do Pentágono com resmas de papel enfiadas debaixo do braço, tentava não parecer muito ansioso. Era meu primeiro dia em uma nova missão. Eu estava indo para uma reunião no lendário Centro de Comando, onde todos os homens e mulheres poderosos do prédio tinham seus escritórios – o secretário de Defesa, o presidente e o vice-presidente do Estado-Maior Conjunto, todos os almirantes e generais 4 estrelas –, o lugar no qual são tomadas as decisões que afetam o destino do mundo.

Vestido com meu uniforme branco de verão, passei confiantemente por um oficial sênior, que sorriu e acenou com a cabeça, como se lembrasse a época em que era um jovem tenente ansioso para fazer a diferença.

Parando periodicamente para verificar os números nas portas, cheguei por fim à sala de conferências. Encontrando a porta aberta, olhei para dentro, onde estava meu chefe, o capitão Ted Grabowsky.

“Muito bem, deixe-me ver esses *slides*”, disse ele sem sequer olhar para cima.

“Sim, senhor”, respondi, entregando-lhe a pilha de papéis e *slides* que estava segurando.

Percorrendo os *slides*, ele puxou os dez primeiros gráficos, levou-os até a luz e murmurou para si mesmo novamente:

“Bom, muito bom.”

Grabowsky não era um modelo hollywoodiano de SEAL da Marinha. Baixo, de óculos, mancava em consequência de um acidente de planador e olhava de esquelha quando falava. E falava muito. Ele podia ser rude e exigente, mas também descobri que ele era brilhante, perspicaz, trabalhador e incrivelmente

persistente. Em algum lugar ao longo do caminho, eu tinha merecido seu respeito, e por isso me convidou a juntar-me a ele no Pentágono.

Momentos depois, uma multidão começou a se reunir. Oficiais e civis de todo o prédio iam discutir o orçamento dos SEALs da Marinha para os próximos dois anos. A Guerra do Vietnã tinha acabado e o dinheiro estava curto. A Guerra Fria seguia a todo vapor, e muitos questionavam a necessidade dos comandos da Marinha. Sem um orçamento forte, sem dinheiro para treinar e construir instalações modernas, nosso futuro parecia terrível.

Uma vez que todos estavam sentados, esperamos pela chegada do chefe.

"Sentido!", foi a chamada quando o almirante entrou na sala.

"À vontade", disse ele imediatamente.

O vice-almirante Joe Metcalf era o exemplo perfeito do oficial duro. Sua reputação de duro, fumante de charutos, teimoso e guerreiro sensato era merecida. Como um veterano do Vietnã que liderou a invasão americana de Granada em 1983, ele intimidava as pessoas e parecia ter muito orgulho disso.

"Tudo bem, Ted", rosou Metcalf, mastigando um charuto apagado. "Vamos logo com isso."

"Sim, senhor", respondeu Grabowsky.

Quando Grabowsky começou a falar, olhei para a planilha que mostrava todo o dinheiro de que precisávamos para manter os SEALs em ação. Ia ser difícil. Cada dólar que adicionamos ao orçamento do comando era tirado dos pilotos de caças e dos comandantes dos navios e submarinos. Numa época em que Reagan estava construindo uma Marinha de seiscentos navios, ninguém queria um punhado de caças da era da Guerra do Vietnã. Se não trouxesse uma bomba nuclear para a luta contra os soviéticos, você não era de grande valor para o Pentágono.

A cada *slide* que Grabowsky mostrava, Metcalf pigarreava e revirava os olhos. Ao redor da sala, os "contadores" tomavam notas e balançavam a cabeça de um lado para o outro. Estávamos perdendo a batalha orçamentária.

Finalmente, Grabowsky terminou, e a sala ficou em silêncio.

Tendo roído a última ponta de seu charuto, o almirante ficou de pé diante da longa mesa.

“Veja, Ted”, ele rosou. “Quero ajudar, mas você realmente precisa de todo esse dinheiro?” Tirando o charuto da boca, ele apontou o gráfico na tela. “Quer dizer, quanta munição vocês, SEALs, gastam?”

E esses minissubmarinos? Você realmente precisa de seis deles?”

Eu podia ser novo no Pentágono, mas sabia como o jogo de recursos era jogado. Você nunca recua em seus números. A implicação era que você tinha feito todo o possível para reduzir o orçamento ao estritamente necessário, ou jamais cometeria a temeridade

de estar diante de um almirante 3 estrelas e pedir tanto dinheiro.

Grabowsky fez uma pausa momentânea, e então continuou.

“O senhor está certo”, disse ele. “Podemos fazer alguns cortes na munição, e vou falar com as equipes SEAL sobre a redução do número de minissubmarinos de seis para três.”

Ao redor da sala os “contadores” pareciam um pouco atordoados. De repente, estavam se debruçando sobre a planilha e conferindo-a uns com os outros. Metcalf olhou na direção deles, e eles fizeram um sinal de aprovação.

“Tudo bem”, anunciou Metcalf. “Se pode fazer isso funcionar, então você viverá para lutar mais um dia.” Ele riu, apertou a mão de Grabowsky e saiu da sala.

Os fanáticos por estatísticas seguiram atrás dele.

Tínhamos acabado de perder milhões de dólares do nosso orçamento, mas Grabowsky não parecia incomodado com isso.

“Senhor, sei que é meu primeiro dia”, eu disse. “Mas parece que acabamos de ser espancados.”

Grabowsky sorriu.

“Pelo contrário. Acabamos de sobreviver a uma emboscada e saímos vitoriosos.”

“O quê?”

“Veja, Bill. O pessoal da controladoria já sabia que poderíamos viver sem o dinheiro da munição e certamente esperava que pudéssemos sobreviver sem três minissubmarinos extras. Se eu tivesse me oposto, teríamos perdido a credibilidade.”

Ele acenou para que eu me sentasse.

“Se quer sobreviver neste prédio, há uma regra que você tem que seguir.”

Eu me inclinei para mais perto, querendo saber o segredo do Pentágono.

“Você nunca deve mentir ou deturpar a verdade. Se fizer isso, será pego e então não terá mais nenhum valor para mim. Ninguém vai confiar em você, e, sem confiança, nosso trabalho não pode ser feito.” Ele fez uma pausa enquanto reunia os papéis. “Essa é a minha regra de ouro. Nunca a esqueça.”

Nos três anos seguintes no Pentágono e nos 25 anos que se seguiram em minha carreira na Marinha, nunca esqueci a regra de ouro de Grabowsky: a relação entre honestidade e confiança. Ter honestidade não era apenas ser moralmente correto: havia nisso uma proposta de valor. Se você for honesto e as pessoas acreditarem em você, elas lhe confiarão os melhores empregos, seu dinheiro, sua reputação, sua amizade, sua família e sua vida. Mesmo que não gostem de você ou não concordem com a sua opinião, saberão que você é direito e confiável.

A honestidade é a pedra angular da integridade, a base sobre a qual todos os outros aspectos do caráter serão construídos. No entanto, a honestidade não é por si só suficiente para que uma pessoa seja íntegra. Integridade requer ação. Para sermos conhecidos como homens e mulheres íntegros, devemos demonstrar nossa espinha dorsal moral. Devemos ser confrontados com um dilema ético: a escolha entre uma estrada rochosa, íngreme e traiçoeira e outra que é suave, plana e confortável. A primeira testa nossa fortaleza; a segunda fornece um caminho fácil. Uma está cheia de dificuldades temporárias e sofrimento; a outra é rápida e descomplicada. No fim, porém, se escolhermos o trajeto mais difícil e menos percorrido, o caminho por onde os virtuosos caminharam, a viagem nos tornará mais

fortes, mais resistentes e mais capazes de conquistar outras subidas íngremes em direção ao topo. Ao passo que o segundo caminho, o mais fácil, vai nos deixar despreparados para os futuros desafios da vida.



Minha mãe, uma professora do leste do Texas, trabalhou duro a vida toda para moldar meu caráter. Sempre me contava histórias de grandes atos de integridade, exemplos que eu devia imitar. Seu favorito era o relato do patriota americano e futuro presidente, John Adams, que defendeu militares britânicos após o Massacre de Boston.

Em 5 de março de 1770, uma multidão de trezentos colonos cercou e ameaçou um pequeno contingente de casacas-vermelhas.^[1] À medida que as tensões aumentaram, os soldados dispararam contra os colonos, matando cinco americanos. Os bostonianos ficaram furiosos e ameaçaram linchar os militares por assassinato. Um julgamento foi ordenado, mas ninguém aceitaria o caso por medo de ser linchado junto com os britânicos.

Apesar das ameaças e do impacto em sua reputação pessoal e profissional, John Adams aceitou o cargo de advogado de defesa. Ele acreditava que, se os colonos americanos queriam mostrar que eram dignos de autogovernar-se, então deveriam dar aos soldados um julgamento justo. No fim, o júri considerou os britânicos inocentes por legítima defesa. A boa vontade de Adams de colocar os interesses da Justiça acima de seu próprio interesse ajudou a moldar o sistema legal americano e forjou a reputação de Adams como um homem de integridade intransigente.

A lição de John Adams nunca desapareceu de dentro de mim. Ao longo dos anos, fui frequentemente confrontado com situações em que meu próprio interesse e minha preservação estavam em conflito com o dever de fazer a coisa certa. Espero que minha mãe se orgulhe das minhas escolhas.

Não é fácil sermos homens e mulheres íntegros – seguir as regras, a lei e o que sabemos ser certo. É difícil porque temos que

lutar contra nossa tendência natural de rebanho: o desejo de ir junto, de se dar bem, de ser querido entre nossos iguais.

É difícil pois, ao contrário dos heróis dos quadrinhos, não somos homens e mulheres de aço, não estamos camuflados em armaduras em lugar de ternos e não temos poderes sobrenaturais.

É difícil porque somos humanos, porque a vida muitas vezes nos força a posições aparentemente insustentáveis, porque o bem e o mal estão sempre em conflito.

É difícil – e ousado dizer que vamos falhar ocasionalmente. E, quando não conseguirmos manter a integridade, isso pode nos deixar doentes do estômago. Deve nos dar noites insones. E nos torturar tanto que prometemos a nós mesmos nunca mais fazer isso.

Ser herói não será fácil. E o que faz heróis verdadeiros são suas lutas e sua habilidade de vencê-las. No entanto, não importa a força com que possamos lutar, o mundo acreditará em nós, nos seguirá e se permitirá ser salvo – se souber que somos honestos, confiáveis, de bom caráter e boa-fé. Nunca devemos temer o caminho rochoso, íngreme e traiçoeiro; nele encontraremos homens e mulheres íntegros. *Nele encontraremos heróis.*

O CÓDIGO DO HERÓI

Serei uma pessoa
íntegra; cada decisão que
eu tomar e cada ação
que eu fizer serão morais,

legais e éticas.

CAPÍTULO CINCO

Compaixão

Pela pequena janela de acrílico, eu podia ver o soldado armado que montava guarda do lado de fora da nossa sala. Eu sabia que havia outro soldado posicionado na outra porta e de cinco a dez outros em posições-chave em torno da instalação de jantar. Embora a Base Aérea de Bagram, no Afeganistão, fosse razoavelmente segura, a ameaça interna de um potencial homem-bomba sempre foi uma possibilidade.

Dentro da sala, havia bandejas de comida em mesas dobráveis situadas em um longo retângulo para permitir que os vinte generais comessem enquanto ouviam o comandante do Comando Central dos Estados Unidos, general John Abizaid. Como único almirante 1 estrela no grupo e um dos oficiais juniores, sentei-me no fim do retângulo quando Abizaid começou a falar. Era uma conferência de comandantes improvisada, e tínhamos acabado de começar a discutir a estratégia para o ano seguinte. Eram discussões importantes, de alto nível, que teriam um efeito dramático sobre o futuro das forças americanas na guerra.

Enquanto eu devorava meu hambúrguer, tentei ficar de olho em Abizaid enquanto ele falava. Um oficial notável, Abizaid tinha a arrogância e a autoconfiança que vêm de estar no comando a maior parte da vida adulta. Ele não tinha paciência para a estupidez e, embora seu comportamento exterior fosse sempre profissional, tinha um lado mais leve que ocasionalmente vinha à tona. No entanto, atravessávamos tempos graves, e Abizaid estava no meio de uma discussão séria. Sentado à frente da longa mesa, ele ouvia cada oficial sobre o papel de sua unidade na estratégia geral.

Eu estava prestes a terminar o meu hambúrguer quando a porta da sala se abriu e o assessor militar de Abizaid entrou cautelosamente. O general estava no meio de um ponto importante quando o assessor se aproximou dele. Não querendo

interromper o general, o assessor parou calmamente do seu lado direito.

Abizaid, por fim, parou e virou-se para ele.

“O que foi? O que você quer?”

Claramente desconfortável com o que tinha a dizer, o assessor sussurrou no ouvido de Abizaid.

“O quê? Agora?”

“Sim, senhor. Ele está lá fora”, respondeu o assessor.

“Quem é mesmo?”

O assessor sussurrou mais uma vez.

“Tudo bem. Deixe-o entrar”, pediu Abizaid, bastante incomodado.

Momentos depois, a porta da sala de jantar se abriu e entrou um homem com roupas civis. Estava claramente fora do lugar em Bagram. Inspeccionando a sala, o civil parecia atordoado ao ver tantos generais. Em pânico, ele quis saber:

“Quem está no comando aqui? Com quem posso falar?”

Ao redor da mesa os generais riram baixinho. Abizaid, agora com um sorriso no rosto, avisou:

“Bem, acho que sou eu. O que posso fazer por você?”

“Você é o chefe?”, perguntou o civil.

Mais uma vez, ouviram-se risadas abafadas.

“Depende. Do que você precisa?”

O civil caminhou para a cabeceira da mesa e se colocou ao lado de Abizaid. Ficou claro que ele estava desconfortável e se esforçava para não demonstrar isso.

“Bem. Sou Gary Sinise. Sou ator.”

Todos na sala se olharam. Estavam em guerra havia um tempo, e o nome e o rosto do ator não lhes soavam familiares.

“Interpretei o tenente Dan no filme *Forrest Gump – O contador de histórias*.”

Agora muitos acenavam com a cabeça. *Ah, sim. Conhecemos esse cara. Ele era bom no papel. Muito bom!*

“O que posso fazer por você, sr. Sinise?”, Abizaid perguntou.

“Bem, general, preciso de um avião C-130. Pode me conseguir um?”

Mais algumas risadas sufocadas.

“Talvez”, começou Abizaid, e um sorriso astuto surgiu em seu rosto. “Para que você precisa dele?”

“General, tenho dez paletes de material escolar que quero dar às crianças do Afeganistão e não há como transportá-los.”

Os olhos de Abizaid se abriram um pouco mais.

“Onde você conseguiu esses suprimentos?”, ele perguntou.

“Comprei-os, senhor. É parte de um movimento chamado Operation International Children.”

“Sinto muito, sr. Sinise, deixe-me entender. Você comprou material escolar para as crianças do Afeganistão e veio até aqui para entregá-lo?”

Sinise parecia perplexo.

“Bem... sim, senhor. As crianças precisam dos suprimentos. Pensei que eu poderia ajudar.”

“Você sabe que estamos no meio de uma guerra. Este não é exatamente um lugar seguro para um civil.”

Sinise olhou ao redor da sala para os homens de uniformes camuflados.

“Sim, senhor. Eu sei. Mas as crianças precisam do material escolar ou teremos uma geração inteira de afegãos sem uma educação adequada.”

Na sala, as risadas se transformaram em sorrisos.

“Bem, sr. Sinise. Vou ver o que posso fazer a respeito desse C-130”, disse Abizaid.

“Obrigado, general. Sinto muito ter interrompido.”

“Sem problemas, sr. Sinise. Foi uma interrupção bem-vinda.”

Abizaid levantou-se, sorriu amplamente e apertou a mão de Sinise. Tiraram algumas fotos rápidas e, em seguida, Sinise partiu.

Quando Gary Sinise saiu e a porta se fechou, o clima tinha mudado.

É fácil ficar exausto em consequência da guerra. Ficamos insensíveis diante da injustiça, da dor, das vidas e dos futuros perdidos. Dizemos a nós mesmos que não podemos chorar por todas as almas moribundas, não podemos sofrer pelos diversos

erros do mundo. Então, colocamos o desconforto da guerra dentro de nós e o cercamos com todas as barricadas emocionais possíveis. Não queremos que esses sentimentos de piedade e decepção venham à tona, porque, se o fizerem, vão esmagar o guerreiro que existe em nós, vão tirar nossa determinação de derrotar o inimigo. De vez em quando, porém, um ato de bondade e caridade nos faz ansiar por um tempo em que não tínhamos de esconder nossa simpatia, nossa misericórdia ou nossa tristeza, quando podíamos torcer pelos benfeitores, sorrir diante de pequenos atos de humanidade e ter orgulho dos misericordiosos. Em poucas horas, Gary Sinise conseguiu seu C-130 e os suprimentos chegaram a centenas de crianças afegãs.

Alguns anos depois, quando estava visitando um dos meus soldados feridos em Walter Reed, entrei na sala e lá estava Gary Sinise com a filha. Tinha chegado sem avisar, sem alarde, levando presentes para um militar que não conhecia. Ao longo da década seguinte, aonde quer que eu fosse, Gary tinha estado e deixado sua marca, cuidando de soldados e de suas famílias. Por meio de sua fundação e do tenente Dan Band, ele arrecadou milhões de dólares para ajudar os feridos e as famílias dos que morriam. O que torna suas ações tão especiais é a sinceridade de sua doação e sua compaixão sem limites. Cada aperto de mão é um laço de amizade. Cada abraço é uma promessa de apoio. Cada sorriso é genuíno. A profunda fonte de caridade e boa vontade de um homem mudou a vida de muitos.



Quando eu era menino, minha mãe sempre gostava de me contar a história da cantina de North Platte. North Platte era uma pequena cidade na zona rural de Nebraska, uma parada de descanso na Union Pacific Railroad, que levava soldados da Costa Oeste até os navios de transporte de tropas que partiam para a Europa durante a Segunda Guerra Mundial. Um dia, uma jovem decidiu fazer sanduíches para os soldados no trem. Seu ato de bondade foi tão bem recebido que em pouco tempo toda a cidade

fornecia comida, presentes, cartões, cartas, uma ou duas danças, dinheiro, qualquer coisa para ajudar os soldados a caminho da guerra. Durante os quatro anos seguintes, os habitantes da cidade auxiliaram mais de 6 milhões de soldados, e cada um deles se lembrou da consideração do povo de North Platte. Imagine o efeito que a bondade teve no esforço de guerra.

Testemunhei grandes atos de compaixão quase todos os dias durante meu tempo na ativa e depois dele: membros da Cruz Vermelha que ajudavam as vítimas do terremoto de 2008 no Paquistão e do tufão de 2013 que arrasou as Filipinas; médicos que doavam seu tempo voluntariamente para cuidar dos feridos no Iêmen; grupos de caridade que forneciam alimentos para os desamparados no Congo; vizinhos que faziam vigília para heróis mortos em todo o país; passageiros que saudavam a chegada de um voo de honra a Washington; mil atos de bondade de soldados aos aldeões afegãos e iraquianos; pessoas de todos os estratos sociais, cores e credos que ajudaram os outros durante a devastação do furacão Harvey – todos os atos, grandes ou pequenos, destinados a expressar nossa humanidade comum, um reconhecimento de que somos todos dignos de algum respeito, algum derramamento de amor.

A ciência nos diz que certos atos de doação fazem o cérebro secretar um hormônio que gera bem-estar. Mas não precisamos que a ciência nos diga que atos de caridade nos oferecem um sentimento de apreciação por nós mesmos. Desde a infância, a maioria de nós sabe que “é melhor dar do que receber”. Mas por quê? Porque... isso está implantado em nossa humanidade. O fato é que nenhuma sociedade pode sobreviver por muito tempo a menos que existam fortes laços entre indivíduos, famílias, comunidades, estados e nações: vizinhos ajudando vizinhos, comunidades unindo-se em tempos de necessidade, cada ato fortalecendo o tecido da sociedade e permitindo a sobrevivência da espécie. Se perdermos nosso senso de caridade, de bondade, de compaixão, se nos endurecermos diante dos problemas alheios, não sobreviveremos por muito tempo.

Para alguns, o desejo de doar é forte. Eles sentem a dor dos

outros. Têm empatia pelos perdidos e infelizes. São naturalmente pessoas carinhosas. Todos conhecemos alguém assim. No entanto, a maioria de nós deve buscar o desejo de ser gentil. A vida pode nos tornar egoístas, distorcer nossas prioridades em direção ao trabalho, à riqueza e à autoimagem. Nosso caráter, as qualidades que nos fazem mais humanos, mais capazes de nos ajustarmos à sociedade, podem ser diminuídos pelas armadilhas da modernidade. Felizmente, a correção é fácil: um dólar para um sem-teto, uma hora em uma cozinha de sopa solidária, um jantar para o bazar da igreja, um agradecimento aos soldados que retornam, um pequeno ato de bondade para forjar nosso caráter, fortalecer nossa alma e mantê-la conectada ao resto do mundo.

O CÓDIGO DO HERÓI

Serei gentil
e compassivo com
pelo menos uma pessoa
todos os dias – e
não esperarei nada
em troca.

CAPÍTULO SEIS

Perseverança

O homem de jaleco branco amarfanhado parecia um personagem einsteiniano. Seu longo cabelo grisalho estava despenteado, ele não se barbeava havia vários dias e tinha aquele olhar distante que me dizia que estava pensando profundamente sobre algo importante.

“Jim, Jim”, chamei, tentando interromper sua concentração.

Ouvindo minha voz, ele sorriu e estendeu a mão.

“Oh, chanceler. Prazer em vê-lo. Como tem passado?”

O dr. Jim Allison sempre parecia estar de bom humor e ruminando sobre o próximo grande avanço na ciência. Enquanto esperávamos no salão de baile do Hyatt Hotel onde Allison faria uma apresentação na hora do almoço, eu me inclinei para mais perto dele, de modo que outros ao nosso redor não nos pudessem ouvir.

“Bem, Jim, tenho más notícias.” Fiz uma pausa. “Recebi do *Dallas Morning News* a notícia de que eles escolheram outra pessoa como Texano do Ano de 2016. Realmente, sinto muito. Depois de tudo que você realizou na medicina, achei que você merecia o prêmio.”

“Oh, não se desculpe!”, ele pediu. “Sua carta de indicação foi ótima. E adivinhe!” Allison sorriu como um adolescente que acaba de ganhar um carro novo. “A banda de Willie Nelson me ligou. Eles viram sua carta no jornal e o trecho que dizia que toco gaita.”

O sorriso dele ficou ainda maior.

“E me convidaram para subir ao palco e tocar com eles.”

“Isso é fantástico!”, eu disse.

“Sim, mas tenho que lhe dizer, chanceler, que estou muito nervoso. Quer dizer, é Willie Nelson!”

Não pude deixar de rir por dentro. *É Willie Nelson? Bem, Willie, pensei. Este é Jim Allison, que está salvando o mundo do*

câncer.



James Patrick Allison nasceu em Alice, Texas, em 1948. Um garoto turbulento com dois irmãos mais velhos, estava sempre se metendo em conflitos de adolescentes. Era cabeça-dura e adorava desafiar autoridades. O pai era médico no interior e vivia na estrada. A mãe era uma dona de casa amorosa e uma excelente cuidadora dos meninos. Tragicamente, morreu de linfoma quando Jim tinha apenas 11 anos. Mais tarde, os dois irmãos também morreriam de câncer. Por mais devastadoras que fossem, essas perdas estimularam Jim Allison em sua longa busca para encontrar uma cura para a doença.

Depois de se graduar no ensino médio aos 16 anos, Allison foi para a Universidade do Texas, em Austin. Ele não era um típico nerd. Adorava frequentar o bar de música country local, onde tocava sua onipresente gaita. Mas a ciência era sua paixão. Quando não estava em festas, estava no laboratório. Nos laboratórios da Universidade do Texas, ele primeiro estudou as células T, as células do corpo humano que atacam e matam vírus. Ocorreu-lhe que o sistema imunológico humano poderia ser usado para combater o câncer. Durante anos, perseguiu essa ideia radical, estudando e pesquisando todos os aspectos do sistema imunológico e seu efeito sobre os tumores.

Jim ficou encantado com a perspectiva de escrever sua tese de doutorado sobre a maneira como as bactérias ajudam a impulsionar o sistema imunológico em sua luta contra a leucemia infantil. Esse conceito de usar o sistema imunológico para atacar o câncer foi considerado pela maioria dos médicos uma tolice. No entanto, Allison persistiu.

“A coisa número um que aprendi no laboratório foi quão importante é perseverar. Não se decepcionar demais... Continuar trabalhando.” Tal atitude definiria o resto de sua carreira.

Depois de receber seu Ph.D em 1973, Allison foi para a Clínica Scripps na Califórnia e em 1977 voltou para o Texas para

trabalhar no MD Anderson Cancer Center. Lá, continuou concentrado nas células T como um possível meio de atacar células cancerígenas.

Em 1985, Allison mudou-se para Berkeley, Califórnia, onde sua pesquisa revelou que as células T tinham um receptor, o qual era como uma flange, ou um braço que, quando conectado a uma célula saudável, funcionava como um “mecanismo de frenagem”, impedindo que a célula T o matasse. No entanto, as traiçoeiras células cancerígenas sabiam exatamente onde o receptor estava localizado e foram capazes de enganar o sistema imunológico, fazendo-o pensar que eram benignas. Allison acreditava que, se pudesse evitar que o câncer selasse o receptor (com um anticorpo), as células T poderiam identificar o câncer como maligno e destruí-lo. A chave era encontrar uma maneira de controlar o mecanismo de frenagem para que as células T pudessem combater o câncer e não matar as células boas.

Em 1995, Allison injetou uma dúzia de camundongos com tumores cancerígenos e, em seguida, deu-lhes o anticorpo que, segundo ele esperava, impediria o câncer de bloquear o receptor de células T. Quando checou os ratos vários dias depois, viu que os tumores infelizmente tinham crescido. Consternado com os resultados, assumiu que sua experiência falhara. No entanto, apenas dois dias após o exame inicial quase todos os tumores haviam desaparecido. Os resultados foram considerados impossíveis! Seus colegas se chocaram com os dados. Nunca antes alguém vira uma melhora tão dramática em tão pouco tempo.

Agora, a comunidade de pesquisa certamente abraçaria os novos desenvolvimentos. Não demoraria muito para que uma terapêutica capaz de salvar vidas pudesse estar disponível para ajudar os que sofriam daquela doença. Certamente...

Certamente não.

Nos quinze anos seguintes, Jim Allison lutou para comunicar sua descoberta ao mundo. A comunidade de pesquisa não estava entusiasmada como ele esperava. Todas as tentativas anteriores de usar o sistema imunológico humano para curar o câncer

tenham sido apenas marginalmente bem-sucedidas. Muitos acreditavam que a ciência de Allison era “um monte de vodus”. Além disso, grandes empresas farmacêuticas gastaram centenas de milhões de dólares e vários anos para desenvolver uma série de drogas de sucesso limitado. Para onde quer que Jim Allison fosse, diziam-lhe não. “Não, não lhe daremos fundos. Não, não investiremos anos em testes clínicos. Não, não achamos que a ciência seja forte o suficiente. Você não entende um não?” Allison, porém, acreditava na ciência.

Jim estava obcecado em colocar seu tratamento no mercado. “Acho que qualquer grande mudança disruptiva que se esteja impulsionando terá uma boa dose de obsessividade”, disse ele. Essa persistência obstinada, essa capacidade de perseverar em todos os desafios que enfrentou fez a diferença entre sucesso e fracasso.

Finalmente, depois de ter lutado anos para obter apoio, a Bristol-Myers Squibb concordou em financiar testes em humanos. Um dos primeiros testes clínicos do dr. Allison foi em uma jovem de 23 anos que lutava contra um melanoma metastático. O câncer havia se espalhado para o fígado e o cérebro. Antes do ensaio clínico, ela tinha sido submetida a três formas diferentes de quimioterapia e radiação para um tumor cerebral. Nada funcionara. Seu corpo estava falhando e seu prognóstico era sombrio. Em 2006, ela recebeu a droga experimental de Allison. Em poucos dias, começou a se sentir melhor e, em uma semana, seu exame cerebral revelou que o tumor desaparecera. *Completamente!* Quatorze anos depois, ela continua livre do câncer.

Em 2011, a agência reguladora de medicamentos nos Estados Unidos, o Food and Drug Administration (FDA), aprovou o uso do ipilimumab, o medicamento de Allison, no combate ao câncer. Desde então, a droga já foi destinada a mais de 1 milhão de pacientes, e, embora não tenha curado todos, permitiu que centenas de milhares de pessoas estejam vivas até hoje porque Jim Allison se recusou a desistir.

Deixe-me repetir a última parte: “centenas de milhares de

peças estão vivas hoje”. A perseverança de Allison valeu a pena.

Em 2017, Jim Allison subiu ao palco do festival de música Austin City Limits, tirou uma gaita do bolso e se juntou a Willie Nelson para tocar “Roll Me Up and Smoke Me When I Die”. Doze meses depois, subiu a outro palco em Estocolmo, na Suécia, onde recebeu o Prêmio Nobel de Medicina.

Acredito que a história mostrará que o sucesso não é apenas uma função do cérebro ou dos músculos, do talento ou do intelecto, da habilidade ou da desenvoltura, mas da perseverança. Um gênio sem determinação é apenas mais uma pessoa passageira com uma ideia brilhante. Sem determinação, uma proeza atlética é apenas mais um talento desperdiçado. O mundo está cheio de homens e mulheres que não deram em nada porque desistiram de seu sonho: porque não tiveram coragem, determinação, força de vontade para continuar – não importa o quê. A história, porém, está igualmente repleta de heróis que enfrentaram os desafios, perseveraram e fizeram a diferença.

George Washington foi derrotado no campo de batalha mais vezes do que saiu vencedor. Abraham Lincoln perdeu oito eleições antes de ganhar a Presidência. Thomas Edison falhou 10 mil vezes antes de inventar a lâmpada. Henry Ford teve duas empresas falidas antes de encontrar o sucesso. J.K. Rowling era pobre antes de publicar o primeiro livro de Harry Potter, e Oprah Winfrey teve uma infância extremamente difícil antes de encontrar seu caminho. Martin Luther King disse uma vez: “Se você não pode voar, corra. Se não pode correr, ande. Se não pode andar, rasteje. Mas continue em frente de qualquer jeito”.



Muitas vezes me perguntam o que é preciso para passar pelo treinamento SEAL da Marinha. Muitos jovens marinheiros pensam que é o número de flexões que conseguem fazer ou a rapidez com que são capazes de correr ou melhorar seu tempo de natação. Não é nada disso. Já vi os melhores atletas do país

desistirem após a primeira semana, e, por outro lado, vi jovens com pouco talento se destacarem nos treinamentos. A resposta é simples: para passar pelo treinamento SEAL, simplesmente não desista. Ponto-final. É isso.

Então, como perseverar? Temos um ditado no treinamento SEAL: "Um avanço por vez". Como potenciais "homens-rãs", começamos o treinamento como "girinos" e devemos *evoluir* para alcançar nosso objetivo. Essas evoluções são eventos individuais: longas corridas, natação em mar aberto, horas de treinamento físico, todas acompanhadas de dor, exaustão e insuficiência frequente. O estudante que olha para um futuro distante teme ter de suportar mais do que é capaz. Se ele vê o futuro como uma interminável série de obstáculos, os desafios parecem assustadores demais para serem superados. No entanto, se pegar cada obstáculo como ele vem, sem se preocupar com o próximo evento, no dia seguinte, no mês seguinte ou no próximo ano, em pouco tempo um obstáculo vencido se torna dois, e dois se tornam três e, assim, a tarefa será concluída.

A vida pode ser complicada às vezes. No entanto, os desafios que enfrentamos são os mesmos que bilhões de pessoas encontraram ao longo da história. Aqueles que conquistaram os obstáculos à sua frente, fossem eles pessoais ou profissionais, têm uma coisa em comum: nunca desistiram. *Nem você deveria!*

O CÓDIGO DO HERÓI

Nunca desistirei
de assuntos importantes
para mim, minha família,

meu país ou minha fé.
Vou perseverar.

CAPÍTULO SETE

Dever

Na pesada placa de bronze na parede externa do escritório lia-se: "Senador John McCain, Arizona". Ajeitei o casaco do meu uniforme azul da Marinha, endireitei a gravata e abri a porta. Lá dentro, um jovem que estava sentado atrás de uma mesa me cumprimentou e convidou-me a sentar enquanto informava o senador da minha chegada. Sentei-me em uma das três cadeiras da sala de espera.

McCain era minha primeira visita do dia. Eu havia sido recomendado para promoção a almirante 4 estrelas e comandante do Comando de Operações Especiais dos Estados Unidos. Antes que isso pudesse acontecer, porém, o Senado tinha de confirmar minha nomeação. Isso significava uma audiência de ratificação. Antes da audiência, eu deveria me encontrar com os principais senadores para que eles pudessem "me conhecer".

Momentos depois, McCain entrou na sala. Com um grande sorriso e um caloroso aperto de mão, ele me recebeu em seu escritório. Enquanto nos sentávamos em torno da mesa de centro, não pude deixar de olhar para alguns de seus *memorabilia*: fotos com vários líderes mundiais, artigos de jornal que citavam sua liderança, revistas com seu rosto na capa e uma série de objetos de colecionador de vários navios e submarinos. Escondida no canto atrás de sua mesa havia uma foto do um jovem tenente comandante John McCain. Eu sabia que o homem à minha frente era mais do que apenas um senador dos Estados Unidos. Ele era um herói americano, a personificação do dever para com o seu país.



O senador John McCain era filho e neto de almirantes 4 estrelas, todos graduados na Academia Naval dos Estados Unidos. Seu avô, John S. McCain Sr., comandou forças-tarefas durante

algumas das operações mais históricas da Segunda Guerra Mundial. Seu pai, John S. McCain Jr., tornou-se o comandante em chefe do Comando do Pacífico durante a Guerra do Vietnã.

Em 1967, McCain embarcou no porta-aviões *USS Forrestal*, no Vietnã. Em 29 de julho daquele ano, um incêndio irrompeu a bordo do porta-aviões. McCain, que estava na cabine de seu jato A-4, foi pego no meio das chamas. Depois de saltar de seu avião, ele correu para ajudar um companheiro aviador que fora engolido por uma aeronave que pegava fogo. Enquanto McCain lutava para levar o homem em segurança, a bomba de um jato próximo explodiu, lançando estilhaços em suas pernas e seu peito. O fogo levou mais de 24 horas até se extinguir. Durante esse tempo, 134 homens morreram a bordo. Foi o pior incêndio da história naval dos Estados Unidos, mas, como muitas vezes acontece em desastres, houve uma demonstração total de valor e heroísmo.

Depois que McCain se recuperou dos ferimentos, imediatamente solicitou ser enviado para outro porta-aviões que se deslocasse ao Vietnã e foi designado para o *USS Oriskany*. Em 26 de outubro de 1967, enquanto participava de seu 23º bombardeio sobre Hanói, o jato A-4 de McCain foi atingido por um míssil ar-terra. Quando o avião girou sem controle, McCain puxou a alça de ejeção e foi lançado para longe em alta velocidade, o que lhe causou fraturas nos dois braços e em uma perna. Aterrissando em um lago próximo, ele quase se afogou antes que aldeões vietnamitas furiosos o puxassem para a terra. Espancado e atingido pelas baionetas dos aldeões, ele foi finalmente entregue aos norte-vietnamitas e levado para o infame campo de prisioneiros de guerra "Hanoi Hilton".

Ao longo dos meses seguintes, McCain foi interrogado, torturado e recebeu muito pouco tratamento médico. Transferido para outro campo e depois jogado na solitária, pouca era a probabilidade que sobrevivesse. Quando os norte-vietnamitas finalmente perceberam que ele era filho de um almirante americano, decidiram usá-lo para propaganda. Oferecendo a McCain a liberação antecipada do campo de prisioneiros de

guerra, pretendiam mostrar a outros prisioneiros e ao mundo que o filho privilegiado de um almirante da Marinha tinha tratamento especial. Quem no mundo teria culpado McCain por sair antes dos outros? Ele tinha sido espancado incessantemente desde que chegara ao campo de prisioneiros. Agora tinha uma oportunidade de ir para casa. De voltar à sua família. De voltar a uma vida confortável. Longe do inferno em que estava vivendo. No entanto, o tenente comandante John McCain sabia qual era seu dever para com seus companheiros prisioneiros de guerra e para com seu país. O artigo III do Código de Conduta militar diz: "Não aceitarei liberdade condicional nem favores especiais do inimigo".

McCain recusou a repatriação. Não violaria o Código de Conduta. Não abandonaria seus companheiros prisioneiros de guerra. *Não deixaria de cumprir seu dever.* Ao recusar a libertação, inspirou os outros prisioneiros, deu crédito moral ao Código de Conduta e honrou o legado de todos os americanos já capturados. Os norte-vietnamitas ficaram furiosos, e, no ano seguinte, McCain foi torturado e brutalizado semanalmente. Finalmente, cinco anos depois, cinco longos anos depois, em março de 1973, McCain e seus companheiros prisioneiros de guerra foram libertados.



De volta ao seu escritório no Senado, McCain e eu conversamos sobre nosso tempo na Marinha. Narrei-lhe histórias do Iraque e do Afeganistão, e rimos juntos enquanto ele contava casos divertidos de seu tempo como piloto da Marinha. Apesar de sermos de gerações diferentes, tínhamos muito em comum. Durante toda a conversa ele foi amável, engraçado, às vezes um tanto irreverente, mas ficou claro para mim que ele tinha uma eterna gratidão pelos homens e mulheres que serviram ao Exército. Quando me levantei para sair, ele apertou minha mão e segurou-a firmemente por um segundo ou dois.

"Não posso agradecer o suficiente pelo que você fez", disse ele.

Eu nem sabia como responder. Ali estava um homem que tinha ido para o inferno e dele voltado. Um homem que havia mostrado ao mundo o que significava o dever para com a nação, e *ele estava me agradecendo*. Nunca esqueci aquele momento e a humildade daquele homem. No dia seguinte, fui recomendado para o Comitê de Serviços Armados e confirmado logo depois. Ao longo dos próximos três anos, eu veria McCain muitas vezes. Algumas dessas ocasiões foram no Comitê de Serviços Armados, no qual seu dever para com o Senado e o povo americano era mais uma vez totalmente demonstrado.



O cumprimento do dever não precisa exigir o sacrifício e o valor de um John McCain. Alguns anos antes eu estava no Afeganistão quando o presidente Obama fez uma visita surpresa ao presidente afegão Hamid Karzai. Depois que o *Força Aérea 1* pousou na Base Aérea de Bagram, o clima entre Bagram e a capital, Cabul, ficou ruim e o presidente se viu impossibilitado de partir. Naquela noite tive outra lição importante sobre o valor do cumprimento do dever.



“Senhor, os pilotos dizem que é melhor não partir. São apenas cerca de 100 pés de visibilidade entre este ponto e Cabul, e eles não vão arriscar transportar o POTUS^[2] com este tempo.”

“Roger”, respondi, “não posso culpá-los”.

“Sim, senhor. Mas o que vão fazer com o POTUS agora? Ele está preso em Bagram pelas próximas seis horas.”

“Bem, isso é responsabilidade do comandante da divisão. Tenho certeza de que o general vai encontrar algo para manter o presidente ocupado.”

Verifiquei o cronograma de operações. Nossa próxima missão só sairia dali a duas horas.

“Vou para a academia por uma hora”, eu disse. “Me avise se

alguma coisa mudar.”

“Senhor, eu vou te rastrear.”

Deixei o Centro de Operações Conjuntas, vesti meu uniforme de treinamento físico e corri para o amplo abrigo que era nossa instalação atlética. Assim que subi na esteira, um jovem oficial não comissionado entrou no ginásio.

“Senhor, acabamos de receber uma chamada da divisão. Eles gostariam que o senhor viesse ao campo de pouso e informasse o presidente Obama sobre nosso plano de campanha para o Afeganistão.”

“O quê? Agora?”

“Sim, senhor. Ele está programado para começar em vinte minutos.”

“Vinte minutos!”, eu exclamei, olhando para o meu relógio. “Tudo bem. Encontre o major Smith e diga-lhe para imprimir cinco cópias do resumo da campanha. Vou me trocar e encontrá-lo no Centro de Operações Conjuntas em cinco minutos. Mantenha os seguranças de prontidão.”

Saindo da academia, voltei para o meu quarto, me troquei e corri até o Centro. Verifiquei meu relógio. Ainda tínhamos quinze minutos para chegar ao campo de pouso. *Muito tempo*, pensei. O que poderia dar errado naqueles 500 metros até o campo?

Quando o comboio de três carros parou no meu quartel-general, Pete Marlowe, meu sargento-mor interino, pulou no banco traseiro esquerdo do segundo carro enquanto eu ocupava minha posição habitual ao lado do motorista. Verifiquei meu relógio de novo. Ainda faltavam dez minutos.

“Vamos, rapazes”, disse Marlowe, sabendo que eu estava ansioso para partir.

O motorista acelerou e saímos do acampamento. Como esperado, não havia trânsito na rua principal. A distância, as luzes do campo de pouso lançavam um brilho amarelo assustador sobre as nuvens baixas. Algumas centenas de metros à frente, o primeiro carro virou abruptamente à esquerda na entrada posterior do campo. Oito minutos. Estávamos em cima da hora.

Parada no portão estava uma jovem aviadora. Quando o

comboio se aproximou, ela estendeu a mão, orientando-nos a parar. Vestida com seu uniforme cáqui, com um capacete Kevlar inadequado, colete à prova de balas e carregando um rifle de assalto M4, ela parecia inapropriada para estar guardando o portão.

Assim que o primeiro veículo parou, meu oficial de segurança, um sargento do Exército, pulou do carro e se aproximou da jovem aviadora. Verifiquei meu relógio de novo. Em seis minutos eu teria de falar com o presidente dos Estados Unidos.

Observando do banco de trás, pude ver a figura imponente do sargento inclinando-se para a jovem aviadora. Quando se ergueu diante da pequena mulher, ele apontou o braço para o campo de pouso e o ouvi gritar acima do som dos veículos. Agora ele batia no relógio. E gritava de novo. E então seus braços se agitavam, ele gritava e batia no relógio. A mulher se recusava a se mexer. *Ainda temos tempo*, pensei. Eu quase podia ver o hangar de onde havíamos saído.

Segundos depois, o sargento voltou ao carro e Marlowe abriu a janela.

“Senhor, ela não nos deixa passar”, falou ele, rangendo os dentes com raiva. “Diz que não tem autorização. Eu lhe disse que ela precisa de autorização o mais rápido possível! E que o senhor tem de falar com o presidente agora!”

Marlowe virou-se para mim.

“Eu cuido disso, chefe. Deixe-me ir falar com ela.”

Olhei para o relógio. Talvez ainda pudéssemos conseguir.

Marlowe saiu do carro e se aproximou lentamente da jovem aviadora. Pude ouvir a voz dele. Estava calmo e comedido. Explicava que eu era um almirante 3 estrelas e que o presidente dos Estados Unidos, o comandante em chefe, tinha pedido uma reunião.

“Então, será que poderia nos deixar passar e explicaremos ao seu chefe que você fez a coisa certa?”

Nada. Ela não se movia.

Pouco depois, pude ouvir gritos novamente. Mãos apontando.

Braços acenando. Relógios sendo espancados. Saí do carro.

Marlowe se aproximou de mim.

“Senhor, ela se recusa a se mexer. Disse que é responsabilidade dela guardar este portão e que recebeu ordem de não deixar ninguém passar. Ninguém.”

“Obrigado. Deixe-me ver o que posso fazer.”

Ao me aproximar da jovem aviadora, pude ver o medo nos olhos dela. Minhas 3 estrelas estavam bem visíveis na frente da minha camisa e no meu chapéu.

“Boa noite, piloto Jackson”, eu disse, vendo o crachá em seu uniforme. “Como você está?”

“Tudo bem, senhor”, ela respondeu, em posição de sentido.

“Piloto Jackson, acho que meus homens lhe disseram, mas eu deveria estar reunido com o presidente neste momento. E agora estamos atrasados.”

“Sim, senhor. Eles me disseram.” Ela tremia um pouco, mas tentou se acalmar.

“Veja, piloto. Você pode notar que não sou um terrorista. Não sou um talibã. Sou um oficial naval americano que realmente precisa ver o presidente.”

“Sim, senhor. Entendo.” De repente, ela se endireitou e olhou-me nos olhos. “Senhor, sei que o senhor tem de fazer o seu trabalho, mas eu também preciso fazer o meu. Tenho a responsabilidade de vigiar este portão. E minhas ordens são claras: ninguém deve entrar sem permissão. E o senhor”, disse ela, com a voz trêmula, “não tem permissão”.

Verifiquei meu relógio. Estávamos atrasados. O presidente estaria se perguntando onde eu estava.

“Você pode obter permissão?”, perguntei calmamente.

“Senhor, estou tentando, mas, enquanto o meu sargento não me disser que o senhor está liberado, não posso deixá-lo passar.”

“Muito bem, piloto. Eu entendo. Apenas nos avise quando pudermos continuar.”

Olhei nos olhos da jovem. Nada iria movê-la.

Esperamos mais alguns minutos. E eu me perguntava o que

diria ao presidente. Finalmente, a jovem se aproximou do carro, informou que havia recebido aprovação e nos acenou. Quando meu carro passou, ela se pôs em posição de sentido e nos saudou.

Nas próximas duas horas, informei ao presidente e sua equipe das missões de operações especiais que estávamos conduzindo no Afeganistão, no Iraque, no Iêmen e na Somália. O presidente nunca me perguntou por que eu estava atrasado, e jamais ofereci uma explicação.

Depois da reunião, voltei ao comboio que me aguardava e retornamos ao meu quartel-general. Ao passarmos pelo portão, pedi ao motorista para encostar. Saindo do carro, me aproximei da jovem aviadora, que ainda estava de plantão. Ela se pôs em posição de sentido.

“Piloto Jackson”, eu comecei, levantando a voz. “Só quero que você saiba que eu estava dez minutos atrasado para encontrar o presidente dos Estados Unidos. Dez minutos!”

Ela não disse uma palavra.

“Eu estava atrasado porque você se recusou a me deixar passar. Você não me deixou passar quando meu sargento pediu. Você não me deixou passar quando meu sargento-mor pediu. E você nem me deixou passar quando eu pedi, e sou um almirante 3 estrelas!”

“Sim, senhor”, disse ela calmamente, olhando para os sapatos.

Puxei do bolso minha moeda de desafio de comando, dada apenas para aqueles soldados que fazem um trabalho excepcional. Sorri e coloquei a moeda na mão direita da piloto Jackson.

“Você fez exatamente o que devia fazer. Pode vir trabalhar comigo a hora que quiser.”

Ela olhou para a moeda, olhou para mim, de novo para a moeda e então sorriu.

“Eu estava apenas cumprindo meu dever, senhor.”

“Exatamente.”



A Ordem Geral Número Um é a fundação do serviço militar dos Estados Unidos. O que ela diz é importante, mas o que significa é a chave para uma vida bem vivida e uma sociedade saudável. Diz: "Eu tomarei conta do meu posto e de toda propriedade do governo em vista". Significa que você é responsável por suas ações e as ações que afetam as coisas ao seu redor. Piloto Jackson foi responsável pelo seu portão. Ela não seguia ordens cegamente. Ela entendeu que a segurança do presidente poderia estar em risco se não obedecesse a essas ordens. Em algum lugar da linha de voo, um sargento era responsável por vários aviadores. Em outro lugar, um capitão era responsável por vários sargentos; um coronel, por vários capitães; e um general, por vários coronéis. Cumprindo suas funções, todas essas pessoas permitiram a visita segura do presidente dos Estados Unidos. A Ordem Geral Número Um é sobre seu dever, sua responsabilidade para com os homens e mulheres que trabalham com você, para você e para quem você trabalha.



No decorrer da minha longa carreira militar, vi jovens americanos notáveis cumprirem seu dever em todos os níveis, sob todas as condições concebíveis. Lembro-me do funcionário administrativo de 19 anos que achava que seu trabalho não tinha importância. Como os benefícios dos veteranos se comparam aos dos guerreiros que trabalhavam todos os dias fora do acampamento? Só quando recebeu uma nota de agradecimento da esposa de um soldado morto, ele percebeu que seu trabalho aparentemente rotineiro era de fato muito importante. Ou o sargento do Exército que trabalhou 48 horas seguidas só para levar um peru de Ação de Graças para uma unidade das Forças Especiais que não via comida de verdade havia meses. Em Kandahar, Afeganistão, lembro-me da enfermeira da Força Aérea que se recusou a deixar sua paciente na sala de cirurgia quando foguetes inimigos começaram a cair ao redor do hospital. Não posso esquecer os pilotos de aviões de transporte médico que voaram em meio a um

tiroteio para salvar dois dos meus companheiros SEALs. Ou os dois fuzileiros navais em Ramadi, Iraque, que se mantiveram firmes quando um grande bombardeiro clandestino sobrevoou seu posto. Eles cumpriram seu dever e salvaram a vida de 150 iraquianos e americanos. Lembro-me também das centenas de oficiais estrangeiros, profissionais de inteligência e agentes de execução legal que cumpriram seu dever para que outros pudessem viver.

Há um velho provérbio: "Por falta de um prego, a ferradura foi perdida. Por falta de uma ferradura, o cavalo foi perdido. Por falta de um cavalo, o cavaleiro foi perdido. Por falta do cavaleiro, a batalha foi perdida. Por falta de uma batalha, o reino foi perdido". O reino foi perdido por falta de um prego. Há muitas interpretações desse velho ditado, mas para mim ele simboliza o cumprimento do dever. Se o ferreiro tivesse cumprido seu dever e colocado o prego na ferradura corretamente, o reino não teria sido perdido. Se o escrivão não preparar a papelada, ou o sargento não entregar a comida, ou a enfermeira, o piloto ou os fuzileiros não cumprirem seu dever, o reino estará sempre em risco.

A ideia do dever é simples. Todos temos um trabalho a fazer na vida. Se esse trabalho é atender clientes em um restaurante, cuidar de nossa família, ensinar nossos filhos, policiar nossas cidades, curar os doentes e enfermos, proteger nosso portão, seguir o Código de Conduta militar ou liderar o país, devemos realizá-lo com o melhor de nossa capacidade. Devemos fazer bem nosso trabalho não porque ele serve aos nossos interesses, mas por servir aos interesses dos outros. Não vivemos sós neste mundo. Dever é o reconhecimento de que temos responsabilidade para com nossos companheiros, homens e mulheres. É um ato altruísta, seja grande ou pequeno, que contribui para o bem-estar da humanidade. É isso que o torna tão poderoso. *Se você quer ser um herói, é fácil. Apenas cumpra seu dever!*

O CÓDIGO DO HERÓI

Seja qual for o trabalho
que me for dado,
seja qual for
o meu dever, farei
o melhor que puder.

CAPÍTULO OITO

Esperança

Senti um leve cheiro de álcool isopropílico no ar quando passei pelo centro de infusão do MD Anderson Cancer Center. Cerca de uma dúzia de pessoas estava deitada em camas hospitalares enquanto um saco de dois litros pingava drogas salva-vidas em suas veias. A maioria havia perdido o cabelo ou tinha aquele olhar exausto da longa luta. Tentei manter a calma quando me aproximei da sala de espera.

Dois meses antes, quando servia no Afeganistão, recebi uma chamada de vídeo de uma médica em minha base na Carolina do Norte. Ela me informava que minha recente biópsia de medula óssea acusava que eu tinha leucemia linfóide crônica (LLC). Seu prognóstico não era encorajador. Ela me disse que a LLC estava no meu baço. Consequentemente, eu teria de voltar de imediato do Afeganistão, extrair o baço e começar a quimioterapia. Com zero alarde, ela também disse que minha carreira acabara, pois eu precisaria dedicar muito do meu tempo a combater a doença. Fiquei atordoado com o diagnóstico e lutei para passar os primeiros dias após a ligação. Logo depois, voltei para a Carolina do Norte e informei Georgeann. Como grande parceira que era, ela imediatamente começou a procurar soluções. Em poucas horas, identificou o maior especialista mundial em LLC, dr. Michael Keating, que estava no MD Anderson no meu estado natal, o Texas.

Enquanto esperávamos no consultório do médico, eu me perguntava como minha vida mudaria. Na minha cabeça, passei por todos os piores cenários. Vinte anos antes, minha mãe morreria de câncer de pulmão e me lembrei de estar ao lado dela nos últimos momentos. Ela não estava consciente, e o câncer a deixara magra e fantasmagoricamente pálida. Foi angustiante vê-la dar seu último suspiro. Já podia imaginar meus filhos ao lado da minha cama, e não queria que eles passassem pela mesma

dor.

Enquanto esses pensamentos assustadores percorriam meu cérebro, a porta do pequeno escritório se abriu e um homem alto de rosto avermelhado invadiu a sala. Pulei da minha cadeira no mesmo momento. Vestido com um jaleco branco e segurando uma prancheta, ele rapidamente examinou a sala. Lançando a prancheta na mesa, veio até mim e, com um forte sotaque australiano, gritou:

“Me dê um abraço!”

Antes que eu pudesse me opor, ele enrolou seus longos braços em volta de mim e me apertou firmemente.

Voltando-se para Georgeann, ele disse:

“Então você deve ser a esposa.”

Georgeann acenou com a cabeça.

“Bem, você pode parar de procurar um novo namorado. Ele vai ficar bem.”

Georgeann e eu nos olhamos, atordoados por essa revelação.

“Desculpe, doutor”, gaguejei. “O que o senhor disse?”

Pegando a prancheta, Keating sorriu.

“Eu disse que você vai ficar bem.”

“Ok...”, respondi, um pouco descrente. “Minha médica na Carolina do Norte disse que eu teria de remover o baço e começar imediatamente a quimioterapia.”

“Não”, ele falou, voltando-se para mim. “Isso é medicina medieval. Não fazemos mais isso.”

Antes que eu pudesse continuar, ele se virou para Georgeann.

“O que você acha? Você quer ficar com ele um pouco mais?”

Georgeann não dissera uma palavra desde que ele tinha entrado pela porta. Eu podia ver lágrimas escorrendo de seus olhos.

“Sim”, ela respondeu calmamente, voltando seu olhar para mim.

“Sim, ele parece o tipo de cara que você pode querer ter por perto.”

Nos minutos seguintes, Keating nos mostrou os resultados do trabalho de laboratório, explicando cuidadosamente o que cada

número significava e como a LLC estava afetando o meu corpo. Cobrimos todos os protocolos terapêuticos possíveis e o cronograma de tratamento. Embora meu diagnóstico inicial na Carolina do Norte estivesse correto, Keating e seus colegas tinham desenvolvido novas terapêuticas para lidar com a LLC. Durante toda a conversa, ele riu e contou piadas e várias histórias de sua infância na Austrália. No fim da conversa, toda a minha ansiedade tinha desaparecido.

“Alguma pergunta?”, Keating voltou-se para Geor-geann.

“Bem...” Ela fez uma pausa, olhando para mim novamente. “Ele deve comer mais frutas e legumes?”

Keating sorriu e balançou a cabeça.

“Não.”

“Bem...” Ela pensou de novo. “Devia fazer mais exercícios?”

Keating olhou para mim e balançou a cabeça novamente.

“Ele parece estar em ótima forma.”

“Bem, deve cortar o álcool?”

Keating abruptamente levantou-se da cadeira com um olhar fingido de aversão.

“Ó Deus, não!”, ele gritou.

Nós três começamos a rir.

Eu rapidamente entrei na conversa.

“Então, posso voltar para o Afeganistão?”

“Claro. Mas tente não levar um tiro.”

De repente, recebi minha vida de volta. Podia ver um futuro diferente. *Tinha esperança*. Em vez de me concentrar em todo o mal que poderia vir, eu estava ansioso pelas maravilhosas possibilidades dos próximos anos. Eu não ignorava o resultado final da doença. A LLC afeta nosso sistema imunológico, enfraquecendo o corpo e tornando-o suscetível a outros cânceres e outras doenças. De alguma forma, porém, aquele turbulento velho australiano me encorajara a ser otimista: sorrir, rir, contar uma ou duas piadas, viver a vida ao máximo e não passar todo o tempo preocupado com o que poderia acontecer. Quando “o que

poderia ser” se torna “o que é”, podemos lidar com isso. Seu otimismo era contagiante. Sua esperança me libertou do fardo do medo. Ele me deu forças para continuar. Daquele dia em diante, a cada seis meses eu voltava para o MD Anderson e reabastecia meu tanque de otimismo, recarregava meu senso de esperança.

Ao longo dos quatro anos seguintes, continuei a liderar as Forças de Operações Especiais em todo o mundo. Em 2011, as tropas sob meu comando aplicaram a justiça a Osama bin Laden. De 2011 a 2014, comandei todas as operações especiais dos Estados Unidos. Eu me aposentei em 2014 e, nos três anos seguintes à minha aposentadoria, recebi a honra de ser o chanceler da Universidade Estadual do Texas. Finalmente, em 2017, a LLC me pegou, pois sofri de anemia grave e uma contagem drasticamente baixa de plaquetas. O dr. Keating, ainda rápido com uma boa piada e uma risada calorosa, me bombeou de produtos químicos capazes de salvar vidas e me deixou bem mais uma vez.

Descobri em minhas viagens ao redor do mundo que a esperança é a força mais vigorosa do Universo. Com esperança podemos suportar qualquer coisa. Sem ela, estamos destinados a uma vida de medo e desespero. No entanto, quase nunca vi o poder da esperança tão claramente manifesto como quando tive a oportunidade de me encontrar com ex-prisioneiros da Guerra do Vietnã.



Durante a Guerra do Vietnã, mais de mil americanos foram feitos prisioneiros. Seu tratamento nas mãos dos norte-vietnamitas foi bárbaro. Presos por anos, eram espancados, isolados e, por vezes, privados de comida e água. A cada ano que passava sua esperança de libertação diminuía. A maioria acreditava que nunca mais veria sua família. Tudo que tinham eram uns aos outros.

Em 1970, uma unidade das Forças Especiais do Exército, os boinas-verdes, conduziu uma operação de resgate no Vietnã do Norte para libertar prisioneiros de guerra localizados em um

acampamento chamado Sơn Tây. O serviço de inteligência revelou que mais de sessenta americanos eram mantidos prisioneiros no campo e que seu tratamento era tão brutal que uma ação rápida se fazia necessária. Em 21 de novembro, os boinas-verdes embarcaram em seis helicópteros e voaram 680 milhas da Tailândia ao Laos e finalmente cruzaram a fronteira para o Vietnã do Norte. Quando desembarcaram no acampamento, os guardas norte-vietnamitas abriram fogo de imediato. Depois de um intenso tiroteio que deixou 42 inimigos mortos, descobriram dolorosamente que os prisioneiros de guerra tinham sido removidos. O serviço de inteligência mostraria mais tarde que os norte-vietnamitas haviam realocado os americanos meses antes por causa de um suprimento de água contaminado. A operação de resgate foi um fracasso total. Ou assim os militares pensavam. Apenas dois anos depois, quando os prisioneiros de guerra americanos foram soltos, o impacto total do ataque foi entendido.

Em abril de 1973, o bilionário texano Ross Perot hospedou graciosamente todos os prisioneiros de guerra, os Sơn Tây Raiders, e suas famílias em uma reunião em São Francisco. Durante anos, os Sơn Tây Raiders se angustiaram com o fracasso da missão. No entanto, os prisioneiros de guerra tinham uma história diferente para contar.

“Sabíamos que não tínhamos sido esquecidos”, disse um prisioneiro com os olhos cheios de lágrimas.

“O ataque fez muito pela nossa moral”, comentou outro.

“Os Raiders nos deram esperança. A partir desse dia, sabíamos que poderíamos suportar qualquer adversidade”, foi um refrão familiar.

Eles nos deram esperança.

Todos os anos, desde 1973, com o apoio da família Perot, os Sơn Tây Raiders, antigos prisioneiros de guerra, e suas famílias se reúnem para prestar seu respeito aos mortos, para honrar aqueles que sacrificaram sua liberdade pela nação e para agradecer àqueles que tentaram salvá-los. Tive a sorte de me juntar a eles em 2005, e aqueles que haviam sido presos nunca esqueceram esse sentimento de esperança. O ataque, assim

como a esperança que ele inspirou, levantou a moral de todos os americanos detidos no Vietnã e os sustentou em suas horas mais sombrias.



O que é esperança, senão a crença de que amanhã será melhor? De que amanhã nossos filhos serão mais felizes, de que amanhã nosso câncer estará em remissão, de que amanhã nossos resgatadores tentarão novamente, de que amanhã nosso país não estará em guerra, de que amanhã a nação estará unida e o mundo será um local mais seguro? A esperança, porém, é mais do que um desejo fantasioso. Se quisermos trazer esperança ao mundo, teremos de encontrar algo em que somos bons e dá-lo aos outros. As pessoas creem nos doadores de esperança como o dr. Keatings e os boinas-verdes, *apenas* quando acreditam que eles podem cumprir sua promessa. A boa notícia é que *cada um de nós tem algo em que é bom* e que pode dar aos outros e deixá-los esperançosos – um talento que falta no mundo. Somos mais rápidos, mais fortes, mais inteligentes, mais gentis, mais valiosos, mais corajosos, mais indulgentes, mais confiáveis, mais honestos. Todos os heróis têm algo que os faz únicos. Encontre esse talento e use-o para inspirar outros – para dar esperança, para fazer do amanhã um dia melhor.

O CÓDIGO DO HERÓI

Usarei meus talentos
para inspirar os outros
e dar-lhes esperança

de que amanhã será
um dia melhor.

CAPÍTULO NOVE

Humor

Com base na cidade de Coronado, na Califórnia, a Equipe de Demolição Subaquática 11 (UDT-11) foi uma das três equipes de demolição subaquática da SEAL na Costa Oeste no fim da década de 1970. Suas instalações eram um conjunto de edifícios da Segunda Guerra Mundial situados a apenas 50 metros da praia. Em qualquer ponto dentro do complexo, o cheiro do oceano Pacífico e de uniformes molhados secando no varal estava sempre no ar. Para mim, era o cheiro de aventura. Em algum lugar os mergulhadores da Marinha estavam bloqueando submarinos, pulando de aviões, explodindo coisas e se preparando para a próxima grande batalha ou operação secreta. Cada uma das três equipes tinha seu próprio armário de mergulho, equipamento, local onde armazenar os paraquedas e vestiário. A maioria dos 150 marinheiros que formaram a UDT-11 era de veteranos do Vietnã altamente condecorados. Cada grupo de mais de dois homens havia resultado em histórias de missões, vitoriosas ou desastrosas, que encontraram lugar na tradição da UDT. No entanto, como um jovem mergulhador que acabara de sair do treinamento, nada moldou mais meu caráter como SEAL do que o treinamento físico matinal no Grinder,^[3] um trecho áspero de asfalto (e não um aplicativo de namoro) onde os SEALs da Marinha começavam todos os dias. O asfalto nos mói fisicamente, testa nosso desejo de sucesso e desafia nossa humildade. No Grinder, grandes lições da vida são aprendidas.



“Então, você é o cara novo?”, observou um dos meus oficiais.

“Sim, senhor”, respondi. “Este é meu primeiro dia nas equipes.”

“Primeiro dia nas equipes? Bem, você vai adorar isto aqui”, disse ele. “Os caras vão recebê-lo de braços abertos. Os velhos

veteranos do Vietnã são muito legais. Eles adoram oficiais. Particularmente novos oficiais. Vão tratá-lo muito bem.”

“Ótimo. Estou ansioso por isso.”

Um sorriso astuto se revelou no rosto do oficial.

Vestidos com calções de banho cáqui, camisetas azuis e douradas e botas de selva, saímos do prédio e fomos para o Grinder. Depois de um breve *briefing* diário do oficial executivo, saímos das filas e nos formamos em um círculo, o Círculo de Treinamento Físico.

E foi aí que começou.

“Então, cadete. Soube que estudou na Universidade Texas A&M.”

“Não, comandante. Na Universidade do Texas. Não na Texas A&M.”

“Você não poderia entrar em uma faculdade de verdade?”

Antes que eu pudesse responder, alguém ofereceu uma resposta.

“Ele é do Texas. Não há faculdades de verdade no Texas.”

“Então você não foi suficientemente inteligente para entrar na Academia? Nós esperamos que nossos oficiais sejam inteligentes. Em que você se formou?”

Eu hesitei.

“Jornalismo, comandante.”

“Jornalismo! Você é um maldito repórter? Ei, oficial, não precisamos de nenhum maldito repórter em nossas fileiras.”

O oficial executivo sorriu, mas não disse nada.

“Em que turma de treinamento SEAL você estava?”, gritou um homem no círculo.

“Turma de 1995”, gritei de volta.

“Você está brincando comigo!”, falou um oficial mais velho, cuspidando um naco de tabaco.

“Ouvi dizer que a Turma 1995 era a mais fácil de todas. Eles tiveram uma semana de iniciação no verão.”

Nos quinze minutos seguintes, todos os cinquenta homens do círculo tiveram algo a dizer sobre minhas deficiências. Entre repetições de flexões, abdominais e agachamentos, eles

questionaram minha ascendência, minha condição atlética, meu intelecto, meu estado natal, a qualidade de minha classe de treinamento SEAL e, claro, minha vida amorosa.

“Você tem uma namorada?”, perguntou um dos velhos comandantes mais rudes.

“Tenho, comandante.”

“Como ela é?”

“Oh, ela é bonita. Baixinha. Cerca de 1,65 metro. Cabelos e olhos castanhos.”

O chefe sorriu.

“Você acha que ela gostaria de um italiano moreno de bigode?”, perguntou ele, torcendo as pontas de seu longo bigode.

Eu vi uma abertura.

“Não, comandante”, respondi, olhando ao redor do Grinder. “Ela gosta de homens mais altos que ela.”

O círculo ficou quieto. O comandante, que não tinha mais de 1,60 metro, saiu do Grinder e caminhou até onde eu estava. A centímetros do meu rosto, ele foi sarcástico:

“Você está me chamando de baixinho?”

Os homens do círculo balançavam a cabeça. Um deles recomendou:

“Não entre nessa, cadete.”

Outro murmurou:

“Ele é muito sensível sobre a própria altura.”

“Bem, comandante, o senhor está olhando para cima para me encarar.”

Todos no Grinder pararam de se exercitar e se viraram em minha direção.

“O quê? Você acha isso engraçado, cadete? Você acha que insultar um suboficial da Marinha dos Estados Unidos é engraçado? Eu sou muito, muito sensível sobre minha altura, e isso me ofende.”

Fiz uma pausa, imaginando que eu tinha levado a minha réplica longe demais.

De repente, o comandante caiu na risada, e o resto dos

homens do círculo se juntou a ele.

“Bem-vindo às equipes, cadete!”

Quando o treinamento físico terminou, o suboficial e todos os membros da equipe vieram apertar minha mão e me receber na UDT-11. Eu havia passado no teste. Eu tinha senso de humor.

A vida no Grinder era um lembrete diário do valor do humor. Não importava quem fosse, do comandante até o marinheiro mais baixo na hierarquia, você estava sujeito a ser pública e bem-humoradamente ridicularizado. As provocações diárias nos mantinham humildes quando nossa vaidade excedia nossas conquistas. As farpas colocavam as coisas em perspectiva quando levávamos nossas falhas muito a sério. A troca de ironias moldava nosso humor para que pudéssemos responder a um ataque com uma réplica cortante, uma réplica que sempre provocava uma risada, mas nunca realmente ofendia.

Nas equipes SEAL nada parecia além do escopo de uma boa risada. Todos os dias algum brincalhão armava uma situação hilária: fazer alguém retornar uma chamada telefônica do comandante que nunca existiu; trocar uma roupa de mergulho por outra muito pequena; dizer que uma mulher aparecera no trabalho alegando ser ex-esposa de alguém; colocar as bebidas de toda a equipe na conta de determinada pessoa; convocar um recall de emergência à meia-noite, quando alguém descobre que é o único presente. Todas as pegadinhas visavam humilhar, mas ao mesmo tempo aumentar a moral da equipe. Se você lidava bem com isso, era respeitado por sua humildade. Se você se irritasse com a piada e procurasse vingança mesquinha, poderia facilmente perder o vestiário. Aceitar o humor do momento o torna mais forte em quase todos os aspectos.

Anos depois da UDT-11, eu estava em uma missão de treinamento no Egito. Após implantarmos uma equipe SEAL para operação, o motor de meu pequeno barco morreu e eu e minha tripulação ficamos à deriva no mar por dez horas. Finalmente, um navio da Guarda Costeira egípcia chegou e tivemos de ser rebocados, sem cerimônia, de volta para Alexandria. Foi uma cena terrivelmente embaraçosa. Quando meu barco voltou para o

porto, porém, meus companheiros de equipe estavam esperando por mim. Sabendo que o momento era humilhante, poderiam ter assumido uma recepção mais digna. Em vez disso, todos se alinharam no píer e cantaram o tema da antiga série de TV *Gilligan's Island*:^[4] "Sente-se de volta e ouvirá um conto, um conto de uma viagem fatídica...". E seguravam uma placa que dizia: "Bem-vindo de volta *SS Minnow*."^[5]

Quatro anos depois, quando um acidente de paraquedas quase me tirou a vida, a equipe mandou fazer camisetas com um desenho meu saltando de paraquedas com uma bigorna amarrada nas costas.

Três anos depois disso, quando todo o alto escalão do Comando Conjunto de Operações Especiais, liderado pelo general Stan McChrystal, me incluiu em uma videoconferência, mais uma vez foram destacadas minhas muitas deficiências: "Chamar McRaven de SEAL mais inteligente das equipes é o mesmo que dizer que ele é o lutador de sumô mais rápido em uma corrida. Para que ele serve? Ele é um texano que não sabe montar um cavalo e um cara da Marinha que não sabe conduzir um barco. Basquete? O sujeito tem um salto vertical de cinco centímetros".

Havia muito mais farpas libertinas que me faziam rugir de riso. Raramente me senti tão respeitado pelos homens com os quais servi.

Nunca vi um senso de humor mais evidente do que nas centenas de militares que visitei nos hospitais no Iraque, no Afeganistão e nos Estados Unidos. Cada um tinha uma história: um tiroteio, um dispositivo explosivo, um foguete, um morteiro. Algo horrível devastara sua vida, mas eles se recusavam a ceder à piedade. Lutariam contra o medo e a incerteza com risos.

Lembro-me do sargento do Exército que era o artilheiro em um Humvee quando o veículo foi atingido por uma granada. Na UTI, seus ferimentos eram horríveis. Em consequência da explosão, seu corpo estava gravemente queimado e inchado, com a pele esticada ao ponto de ruptura. No entanto, eu podia ver em seus olhos que ele era um lutador. E um homem com senso de

humor. Quando brinquei que ele estava uma porcária, rapidamente respondeu: “Ah, mas o senhor deveria ver o outro cara”. Era uma piada padrão. Um toma lá dá cá entre guerreiros. A piada era um escudo que o protegia da gravidade dos ferimentos e uma espada que atingia o inimigo: “Você não me derrotou porque ainda posso rir”.

Lembro-me do militar que amputara as duas pernas. Antes de perdê-las tinha 1,65 metro, mas agora tinha 1,87 metro com as novas próteses. Ele costumava se gabar de que a altura extra o tornava mais atraente para as mulheres. Ou do Ranger que havia perdido a mão e que brincou que com a mão mecânica podia finamente segurar um taco de golfe da maneira correta. Os melhores soldados, os mais durões, sabiam usar o humor para desviar a dor de sua perda.

Nenhuma dor, porém, era mais agonizante do que a perda de um companheiro militar. Fiquei honrado em participar de dezenas de serviços memoriais, oportunidades de reconhecer o heroísmo notável de um guerreiro caído. Sem exceção, os soldados que elogiavam seus companheiros usavam o humor para diminuir a dor, para mostrar que a vida do amigo, não importava como tivesse terminado, tinha sido cheia de diversão e risos. Cada herói morto tinha um pouco de brincalhão. Lembro-me de um SEAL que encheu o traje de mergulho de um colega com pomada analgésica; de um Ranger que adicionou peso extra à mochila de um amigo durante uma longa marcha de treinamento; um boina-verde que fingiu que o paraquedas de um companheiro estava mal embalado; e de um piloto de helicóptero que enviou seu parceiro para o navio errado durante um exercício. Todo herói morto estava presente no desfecho de uma piada engraçada. Esses poderosos elogios deixavam claro que, por mais triste que fosse a perda e por mais amargo que tenha sido o fim, se a vida do herói estava cheia de risos, então fora uma boa vida.



Em meio à Guerra Civil Americana, o presidente Abraham Lincoln

era conhecido por seu senso de humor. Embora tivesse sido derrotado em todas as eleições anteriores para a presidência, sofresse de depressão, tivesse perdido dois filhos jovens e carregasse o fardo de uma guerra que estava destruindo a União, ele constantemente recorria ao humor.

Brincava tantas vezes que foi criticado por não levar as perdas de batalha a sério, mas entendia a importância do humor, do qual fazia uso para suavizar os golpes da derrota, amenizar a fúria de um constituinte, apaziguar generais rivais e reforçar a moral da União.

A maioria de suas piadas era direcionada para dentro. Ele adorava contar a história de um homem que, ao se aproximar dele em um trem, lhe disse: "Tenho um artigo em minha posse que pertence ao senhor". E, tirando um canivete do bolso, explicou: "Este canivete foi colocado em minhas mãos com a promessa de que eu deveria mantê-lo até encontrar um homem mais feio que eu. Permita-me agora dizer, senhor, que acho que o senhor tem direito à propriedade dele".

Um repórter do *New York Herald* uma vez escreveu: "Acho que seria difícil encontrar alguém que conte piadas melhores, goste mais delas e ria mais vezes do que Abraham Lincoln". Lincoln valorizava tanto uma boa piada que acreditava que crianças pequenas deveriam receber aulas de humor na escola juntamente a leitura, escrita e aritmética. Em tempos de turbulência, crise e tumulto, grandes líderes recorrem ao humor como fonte de força para si mesmos e para aqueles que lideram.



O humor é uma das qualidades mais importantes para qualquer herói. Se você quer mostrar coragem, ria diante do perigo. Se quer mostrar humildade, ria de si mesmo. Se quer se sacrificar, sacrifique sua vaidade por uma piada. Se quer ser compassivo, deixe o humor suavizar o sopro da dor. Se quiser ser honesto, ria de suas deficiências. Se quer dar esperança, use o humor para iluminar a escuridão. Se quer perseverar em tempos difíceis, é

melhor aprender a rir. Encontre sua voz cômica e use sua inteligência para salvar os que estão ao seu redor, libertá-los da tristeza, dar-lhes alegria e ajudá-los a ver o humor nos tempos mais sombrios. *É isso que verdadeiros heróis fazem.*

O CÓDIGO DO HERÓI

Usarei o humor para
confortar os outros
e nunca terei medo
de rir de mim mesmo.

CAPÍTULO DEZ

Perdão

Sentei-me de pernas cruzadas no chão da sala grande, rodeado por cerca de uma centena de afegãos da vila de Gardez. Fora do prédio, várias centenas tinham se reunido para testemunhar o evento. Em frente a mim estava um velho vestido com um tradicional *shalwar kameez* de algodão branco, blusa longa e solta e calças largas. Seu rosto pardo fora desenhado com tristeza e resistira ao tempo. Ao lado dele se encontrava seu filho mais velho, vinte anos mais jovem e vestido de preto. A raiva em seu rosto era aparente. E quem poderia culpá-lo?

Semanas antes, uma missão para capturar um alvo talibã em Gardez tinha dado terrivelmente errado. Militares da minha unidade cercaram o complexo do ancião na esperança de capturar um líder talibã local. Vendo os militares em seu telhado, mas pensando que *e/les* fossem talibãs, dois de seus filhos tentaram defender-se. Os americanos dispararam contra eles, presumindo que fossem simpatizantes do inimigo, e os dois filhos foram mortos na luta. A filha do ancião e outras duas mulheres também morreram quando as balas errantes de um soldado entraram por uma porta e as atingiram. Em todo o meu tempo no Exército, considero essa a tragédia mais angustiante que enfrentei.

De acordo com a tradição afegã, fui até lá naquele dia para oferecer reparações na forma de várias ovelhas e alguma compensação modesta. No entanto, a verdadeira razão pela qual me dirigi a Gardez era para me desculpar, para que o pai soubesse que eu estava realmente arrependido pela dor que meus soldados e a guerra lhe tinham causado. Eu não sabia como o velho poderia me perdoar. Se fosse eu, o ódio teria sido muito profundo para me permitir reconciliar-me com qualquer um, mesmo que remotamente responsável pela morte de meus filhos.

Um homem de meia-idade com uma longa barba castanha, que presumi ser um imã, atuava como moderador e tradutor. O

pai, com os olhos baixos de tristeza, mal conseguia desviar a visão do chão. Finalmente, depois de uma longa introdução, o imã virou-se para mim. O que eu poderia dizer para aliviar a dor do velho e convencê-lo de que era sincero em meu arrependimento e minhas desculpas eram verdadeiras? O que poderia compensar uma ação de guerra tão trágica? Eu tinha pensado muito sobre o que diria. Antes de sair da minha base em Bagram, consultei meu equivalente afegão, o general Salam. Quando perguntei a Salam o que deveria dizer ao pai e como expressar minha tristeza, ele pareceu perplexo com a minha pergunta.

“O pai vai perdoá-lo”, avisou Salam, muito prático.

“Como isso é possível?”, eu perguntei, descrente.

Salam esticou o pescoço como se ainda tentasse entender minha pergunta.

“É o que Alá ia querer.”

Um pouco exasperado, eu disse:

“Sim, é claro, Salam, mas nem todos os muçulmanos que conheci são tão indulgentes.”

Salam sorriu, entendendo a referência não tão velada à Al-Qaeda e ao Talibã.

“Eu conheço esta aldeia. Eles são boas pessoas. Bons muçulmanos. O pai vai perdoá-lo.”

Salam podia ver o olhar cético em meu rosto.

“O Alcorão nos ensina o valor da misericórdia.

O pai vai perdoá-lo porque isso tirará o fardo dele. Não o fardo de sua perda. Nada pode acabar com isso. Mas o fardo de seu ódio e de sua raiva. O perdão é um grande presente não só para aqueles que o recebem, mas para os que o dão.”

Sentado lá na grande sala, pensei nas palavras de Salam. Poderia ser assim?

Olhei primeiro para o filho. Seus olhos se estreitaram e sua testa se franziu. Ele claramente me queria morto.

Então, lancei o olhar no pai. Respirando fundo, eu disse:

“Sou o comandante dos soldados que acidentalmente mataram seus entes queridos. Vim aqui hoje para dar minhas

condolências a você, à sua família e aos seus amigos.”

Fiz uma pausa, esperando o imã traduzir minhas palavras. O pai não olhava para cima. Continuei.

“Também vim hoje para pedir seu perdão por essas tragédias terríveis.”

Por fim, o pai levantou a cabeça e me olhou nos olhos. Seu rosto não tinha expressão, mas seu olhar era gentil. Profundo, triste, de coração partido, porém gentil. Ele acenou com a cabeça para que eu continuasse.

“Senhor, você e eu somos diferentes. Você é um homem de família, que vive em casa com muitas crianças e muitos amigos. Sou um soldado que passou a maior parte da vida no exterior, longe da minha família. Mas tenho filhos também, e meu coração sofre por você.”

Lágrimas começaram a brotar nos olhos do velho.

“Mas temos uma coisa em comum, uma coisa muito importante”, eu continuei. “Nós dois acreditamos em um Deus que mostra grande amor e compaixão. Rezo por você hoje, senhor, para que em sua dor ele lhe mostre amor e compaixão e alivie seu sofrimento. Eu também rezo hoje para que ele mostre misericórdia de mim e dos meus homens por esta terrível tragédia.”

Olhando para o pai e para o filho, eu mal podia continuar a falar. Não podia nem imaginar a dor deles.

O pai acenou ligeiramente com a cabeça. Mais uma vez, pedi o perdão deles.

O filho se inclinou para o pai e sussurrou algo em seu ouvido. O olhar de raiva no rosto do filho tinha se suavizado. O fogo em seus olhos desaparecera. O filho falou pelo pai, e o imã traduziu.

“Muito obrigado”, disse o filho. “Não vamos guardar nada em nosso coração contra você.”

Não vamos guardar nada em nosso coração contra você – essa é a essência do perdão. Quando saí da vila de Gardez naquele dia, senti que um fardo se esvaíra de minhas costas, porém, mais importante, eu tinha um novo senso de perdão. Rezei para que chegasse a hora de ser tão

misericordioso com outra pessoa como o pai fora comigo. Esperava que um dia pudesse ser um homem tão bom quanto ele.



Quando Dylann Roof, o supremacista branco que matara nove paroquianos da Igreja Episcopal Metodista Africana de Emanuel, em Charleston, Carolina do Sul, estava diante do tribunal, as famílias das vítimas, uma de cada vez, perdoaram-no por seu crime hediondo e incompreensível.

“Eu te perdoo e tenho misericórdia de tua alma”, disseram eles, recusando-se a deixar que a raiva de Roof fosse seu fardo.

André Comte-Sponville, professor de Filosofia na Sorbonne em Paris, escreve: “O objetivo [do perdão] é superar nosso próprio ódio se não podemos fazê-lo superar o seu; para alcançar o autocontrole se não podemos dominá-lo; para ganhar pelo menos essa vitória sobre o mal e o ódio e não adicionar mal ao mal; para evitar nos tornarmos seus cúmplices, bem como suas vítimas”.

As famílias não se tornariam cúmplices de Roof naquele ato vil de ódio. Eram os vencedores, não as vítimas.

No entanto, nem todo ato de perdão precisa ser baseado em algo tão repugnante. Hoje, a sociedade parece se ofender facilmente. Ficamos raivosos muito rápido, e algumas pessoas acreditam que cada ato ofensivo, não importa a intenção, requer uma repreensão rápida. A coisa mais difícil que qualquer herói pode fazer é perdoar. É mais fácil invadir a colina, combater o fogo e parar um louco com uma arma. É difícil perdoar porque temos medo. Medo de que o perdão acabe com a raiva que nos impulsiona, o ódio que nos motiva, a justa indignação por sermos injustiçados. Queremos, mais do que tudo, aproveitar a indignação, sentir o poder da injustiça e a fúria do descontentamento, para podermos atacar o criminoso e nos sentirmos justificados. Achamos que a retribuição, não importa se pequena ou grande, vai acalmar nossa alma.

Não vai.

Enquanto era pregado à cruz, açoitado e moribundo, Cristo olhou para o céu e disse: "Pai, perdoe-os, pois eles não sabem o que fazem".

O perdão nunca será fácil. Não é para ser. É preciso ser uma pessoa forte para perdoar. No entanto, o ato de perdoar fortalecerá seu caráter incomensuravelmente e livrará você do ódio que é o fim de tantos homens e mulheres bons.

Seja o vencedor, não a vítima.

Aprenda a perdoar.

O CÓDIGO DO HERÓI

Não importa quão
grande ou pequena
seja a ofensa contra
mim, tentarei perdoar.
Serei o vencedor,
não a vítima.

Epílogo

Quando entrei na sala de conferências e me sentei à cabeceira da mesa, eu me perguntava quão diferente minha nova vida seria. Depois de 37 anos na Marinha, tinha trocado o uniforme por um terno. Agora eu era o chanceler do Sistema da Universidade do Texas, supervisionando oito universidades, seis instituições acadêmicas de saúde, 230 mil estudantes e 100 mil funcionários. Os outros executivos sentados à mesa não se pareciam com meus SEALs e soldados. Vestidos com trajes civis, eram educadores, médicos, advogados e ex-reitores universitários. Os alunos, professores e pesquisadores que conheci antes de aceitar o trabalho pareciam menos disciplinados do que meus Rangers e boinas-verdes. Os ex-alunos, líderes civis e legisladores que encontrei durante minha transição eram boas pessoas, mas no meu coração eu sabia que eram diferentes dos guerreiros com quem eu tinha servido. Eu adorava estar com soldados, marinheiros, aviadores, fuzileiros navais e funcionários públicos, e temia nunca mais encontrar homens e mulheres de tal caráter, nunca mais ver a coragem, a humildade, o sacrifício ou o senso de dever que tinha experimentado no serviço militar. Como se viu, *havia heróis em toda parte.*

Havia heróis nas salas de aula, educando os jovens americanos e ensinando-os a serem cidadãos melhores.

Havia heróis cuidando dos doentes e moribundos em hospitais de todo o país.

Havia heróis mantendo nossas ruas a salvo da violência e do crime.

Havia heróis trabalhando nas fazendas e nos ranchos para colocar comida na mesa.

Havia heróis marchando no Capitólio para falar contra a injustiça e o racismo.

Havia heróis nas assembleias da mesma capital do estado

promulgando leis para ajudar os desprivilegiados e oprimidos.

Havia heróis nas casas do Texas e em todos os outros estados trabalhando duro para proporcionar uma vida melhor para seus filhos.

Quando houve a tragédia do furacão Harvey, quando fomos engolidos pela crise pandêmica e quando a revolta contra a injustiça social se derramou pelas ruas, esses mesmos heróis se levantaram. As qualidades que tanto admiramos brilharam e iluminaram nosso caminho para a frente.



O código do herói não é um conjunto impossível de valores que ninguém pode alcançar. Pelo contrário, a maioria dos heróis que conheci e a maioria dos heróis deste livro eram apenas pessoas comuns antes de serem empurrados para o cadinho de ação. Ashley White era apenas uma jovem de Ohio que fazia seu trabalho no Exército, mas seu legado de coragem será para sempre lembrado pelos soldados com quem ela serviu. Ralph Johnson era um pobre adolescente negro, criado no sul com pouca promessa de grandeza, até sacrificar sua vida por seus companheiros fuzileiros. John Adams era um jovem advogado desconhecido quando defendeu os casacas-vermelhas britânicos e mudou o curso do sistema judicial americano. O povo de North Platte, Nebraska, estava apenas sendo gentil quando ajudou os militares a caminho da guerra, sem saber que sua compaixão alteraria a vida de tantos jovens. O dr. Jim Allison foi criado em uma pequena cidade no Texas, e suas únicas virtudes pareciam ser sua curiosidade e sua persistência obstinada. Nada nele parecia destinado à imortalidade científica.

O que diferenciou essas pessoas foi seu caráter moldado ao longo do tempo, moldado por um pai carinhoso, um professor amoroso, um treinador exigente, um policial compassivo, um clérigo indulgente, um soldado inspirador ou um amigo com um grande senso de humor. Por meio do estudo, da reflexão e da experiência, elas aprenderam a ser corajosas, a ser humildes, a

se sacrificar pelos outros, a ser homens e mulheres íntegros, a mostrar compaixão pelos outros, a perseverar em tempos difíceis para dar esperança às pessoas, para fazer o seu dever, não importa quão mundano ele possa parecer, rir na escuridão e perdoar os que erram. Ser herói é uma experiência aprendida.

Lincoln disse uma vez: "Vou me preparar e algum dia minha chance virá". Bem, algum dia sua chance pode vir e você se tornará um herói. Um dia um pequeno ato de compaixão pode mudar o curso da vida de uma pessoa. Um dia um pequeno ato de coragem pode mudar o curso de uma nação e um pequeno ato de sacrifício pode mudar o curso da história. Devemos começar a nos preparar agora, aprendendo com os heróis que vieram antes de nós e aqueles que caminham entre nós hoje.

Ser um herói não será fácil. A vida de um herói pode estar cheia de dor e decepção. É perigoso às vezes. Se você se levantar ou defender algo em que acredita, é provável que sofra as "estilingadas e flechadas da fortuna ultrajante". No entanto, nós chamamos as pessoas de heróis por uma razão. Suas ações estão acima das da multidão. Diferem da postura dos que não têm determinação, dos que esperam sentados, daqueles que não têm a força moral para fazer a coisa certa. Os heróis nos fazem indivíduos melhores, uma sociedade melhor e um mundo melhor. Por mais que eu esperasse que o Homem de Aço estivesse por perto para salvar o mundo, ele não está. Depende de nós. Depende de você.

**SEJA O HERÓI
QUE PRECISAMOS
QUE VOCÊ SEJA –
VIVA O CÓDIGO**

DO HERÓI.

O código do herói

Sempre me esforçarei para ser CORAJOSO, para dar um passo à frente enquanto enfrento meus medos.

Trabalharei para ser HUMILDE e reconhecer os limites de meu intelecto, de minha compreensão e de meu poder.

Aprenderei a me SACRIFICAR, dando um pouco do meu tempo, meu talento e meu dinheiro aos necessitados. Todos os dias. Sem falhar.

Serei uma pessoa ÍNTEGRA; cada decisão que eu tomar e cada ação que eu fizer serão morais, legais e éticas.

Serei gentil e COMPASSIVO com pelo menos uma pessoa todos os dias – e não esperarei nada em troca.

Nunca desistirei de assuntos importantes para mim, minha família, meu país ou minha fé. Vou PERSEVERAR.

Seja qual for o trabalho que me for dado, seja qual for o meu DEVER, farei o melhor que puder.

Usarei meus talentos para inspirar os outros e dar-lhes ESPERANÇA de que amanhã será um dia melhor.

Usarei o HUMOR para confortar os outros e nunca terei medo de rir de mim mesmo.

Não importa quão grande ou pequena seja a ofensa contra mim, tentarei PERDOAR. Serei o vencedor, não a vítima.

Agradecimentos

Gostaria de agradecer a Rachel Kambury e Sean Desmond, da Hachette, por sua amizade e seu encorajamento, que me permitiram escrever este livro. Como sempre, nada disso teria sido possível sem a ajuda do meu amigo e advogado Bob Barnett. Você é o melhor do ramo. Finalmente, sou abençoado por ter o melhor "primeiro leitor" imaginável – minha esposa Georgeann. Sua meticulosidade, sua franqueza e seu amor crítico foram fundamentais para garantir que estas páginas atingissem o seu melhor. Meus agradecimentos a todos.

Sobre o autor

O almirante William H. McRaven é autor best-seller do *The New York Times* com os livros *Arrume a sua cama* e *Histórias do mar: Minha vida em operações especiais*. Em seus 37 anos como SEAL da Marinha, comandou em todos os níveis. Como almirante 4 estrelas, em sua última missão comandou todas as Forças de Operações Especiais dos Estados Unidos. Depois de se aposentar da Marinha, atuou como chanceler do Sistema da Universidade do Texas de 2015 a 2018. Atualmente, vive em Austin, Texas, com a esposa, Georgeann.

Leia também

WILLIAM H. MCRAVEN

MAIS DE 4 MILHÕES DE LIVROS VENDIDOS NO MUNDO
60 MIL EXEMPLARES VENDIDOS NO BRASIL

**ARRUME
★ ★ A SUA ★ ★
CAMA**

PEQUENAS ATITUDES QUE
PODEM MUDAR A SUA VIDA
...E TALVEZ DO MUNDO

Academia

O almirante William H. McRaven serviu a Marinha dos Estados Unidos com grande distinção. Ele era o comandante da operação que capturou Osama bin Laden. Em seus 37 anos como SEAL, exerceu o comando em vários níveis. Almirante 4 estrelas, seu último cargo foi o de comandante de todas as Forças de Operações Especiais dos Estados Unidos. Foi também reitor da Universidade do Texas. Já escreveu dois livros, entre eles Arrume a sua cama (Editora Planeta), best-seller no mundo e no Brasil.

 [planetaLivrosBR](https://twitter.com/planetaLivrosBR)

 [planetadelivrosbrasil](https://www.instagram.com/planetadelivrosbrasil)

 [seloadcademia](https://www.facebook.com/seloadcademia)

 planetadelivros.com.br

#acreditamosnoslivros

1. Nome dado aos soldados ingleses devido ao uniforme que usavam, tanto cerimonial quanto de batalha, ser caracterizado por uma casaca vermelha. (N. T.)
2. POTUS era uma abreviação usada por operadores de códigos telegráficos nos anos 1890 e significa "President of the United States". (N. T.)
3. Grinder significa "moedor". (N. T.)
4. Série de comédia exibida no canal CBS dos Estados Unidos, de 1962 a 1967. Com o nome de A ilha dos birutas, foi exibida dublada na TV Excelsior no fim dos anos 1960. (N. T.)
5. Na série, SS Minnow é o nome do barco que naufraga durante uma tempestade. (N. T.)