

فهرست مطالب

پیشگفتار.....	۵
فصل ۱: روز خود را با کامل کردن یک کار شروع کنید.....	۷
فصل ۲: نمی‌توانید کار را به تنهایی انجام دهید.....	۱۳
فصل ۳: تنها اندازه قلب شما اهمیت دارد.....	۲۱
فصل ۴: زندگی عادلانه نیست- به حرکت ادامه دهید!.....	۳۱
فصل ۵: شکست می‌تواند شما را قویتر کند.....	۳۹
فصل ۶: باید خیلی شجاع باشید.....	۴۹
فصل ۷: ایستادن در جلوی قلدرها.....	۵۷
فصل ۸: در برابر مشکلات، بلند شوید.....	۶۳
فصل ۹: به دیگران امید بدهید.....	۷۱
فصل ۱۰: هیچ، هیچ وقت انصراف ندهید!.....	۸۱
متن سخنرانی روز فارغ التحصیلی دانشگاه تگزاس.....	۸۹

پیشگفتار

[illegible]

در ۱۷ می ۲۰۱۴، این افتخار به من داده شد تا در جشن فارغ‌التحصیلی دانشجویان دانشگاه تگزاس در اوستین، سخنرانی کنم. با این که قبلاً در دانشگاه درس خوانده‌ام، اما نگران بودم که ممکن است یک افسر نظامی که کارش با جنگ تعریف می‌شود توسط دانشجویان پذیرفته نشود. اما در عین شگفتی، این فارغ‌التحصیلان از سخنرانی من استقبال کردند. پایه و اساس این سخنرانی، ده درسی بود که از آموزش‌های نیروهای ویژه دریایی یاد گرفته بودم که مناسب چالش‌های زندگی هر کسی هستند. در سه سال گذشته، افراد زیادی در خیابان من را متوقف کردند تا داستان‌های زندگی خود را تعریف کنند: این که چگونه مرتب کردن تختشان در هر روز صبح، زندگی آن‌ها را در زمان‌های سخت تغییر داده است. آن‌ها همگی می‌خواستند درباره تغییر زندگی من توسط این ده درس و افرادی که الهام بخش من در دوران کارم بودند یاد بگیرند. این کتاب کوچک تلاشی برای پاسخ به درخواست آن‌ها است. هر فصل جزئیات بیشتری درباره هر کدام از این ده درس می‌دهد و داستان کوتاهی نیز درباره افرادی بیان می‌کند که با انضباط، پایداری، افتخار و شجاعتشان الهام‌بخش من شدند. امیدوارم از این کتاب لذت ببرید!

روز خود را با کامل کردن یک کار
شروع کنید

کار را با مرتب کردن تختان شروع کنید.

اگر می‌خواهید دنیا را تغییر دهید...

کار را با مرتب کردن تخت‌تان شروع کنید.

SUCCESS

TEAM
FOCUS
IDEA
PLANNING
TIMING
WORK
CREATIVITY

سربازخانه‌های کمپ آموزشی نیروهای ویژه، ساختمان‌هایی در ساحل کرونادوی کالیفرنیا در صدمتری ساحل اقیانوس هستند. در این جا هیچ سیستم تهویه‌ای در ساختمان‌ها وجود ندارد و شب‌هنگام که پنجره‌ها باز است می‌توانید صدای برخورد موج‌ها با ساحل را بشنوید.

اتاق‌های این سربازخانه‌ها نیز ویژگی‌های خاصی دارند. در اتاق افسران که من با سه همکلاسی دیگر در آن بودیم، تنها چهار تخت و یک کمد برای آویزان کردن یونیفرم‌ها بود. صبح‌هایی که در سربازخانه بودم، باید تختم را بر می‌گرداندم و آن را مرتب می‌کردم. در حقیقت این اولین وظیفه ما در روزی بود که می‌دانستم در آن رژه رفتن، شنا و دویدن‌های طولانی، آموزش‌ها و دوره‌های سخت، و آزار و اذیت دائمی از مربیان نیروهای ویژه منتظرم هستند. ستوان دائل استیوارد، سرپرست کلاس هنگام وارد شدن مربی فریاد زد، "خبردار!" من نیز در کنار تخت صاف ایستادم و پاشنه‌هایم را به یکدیگر فشار دادم و دیدم که مربی به سمت من می‌آید. او با سخت‌گیری و بدون هیچ احساسی شروع به بررسی آهار یونیفرم سبزرنگ من کرد تا مطمئن شود که اتوی آن کاملاً درست است. چشمان او از بالا به پایین هر سانتی‌متر از یونیفرم من را بررسی می‌کرد: آیا پیراهن و شلوارم کاملاً با یکدیگر صاف شده‌اند، آیا سگک روی کمربند همانند یک آینه برق می‌زند و آیا پوتین‌هایم آنقدر براق هستند تا بتواند انعکاس انگشتانش را در آن‌ها ببیند؟ وقتی مطمئن شد که استانداردهای نیروهای ویژه رعایت شده‌اند، به سراغ بررسی تخت رفت.

تختتان را مرتب کنید! □ ۹

تخت نیز همانند اتاق ساده بود و چیزی به جز یک چارچوب فلزی و یک تشک نبود که روی آن یک ملافه قرار می‌گرفت. یک پتوی پشمی خاکستری نیز در برابر سرمای شب از ما حفاظت می‌کرد. یک پتوی دوم نیز به شکل مستطیل در پایین تخت قرار می‌گرفت و بالشی نیز در وسط و بالای تخت قرار می‌گرفت و یک زاویه ۹۰ درجه با پتوی پایین می‌ساخت. این شکل استاندارد بود و هر گونه انحرافی از آن باعث می‌شد تا مجبور باشم به موج‌های دریا بزنم و آنقدر روی شن‌ها غلت بزنم تا این که از سر تا پا پوشیده از شن شود که معمولاً به آن "کلوچه شکری" می‌گفتند.

بدون حرکت ایستاده بودم و از کنار چشمم، مربی را نگاه می‌کردم که با بی‌حوصلگی تختم را چک می‌کرد. او روی آن خم شد و گوشه‌ها را چک کرد و سپس پتو و بالش را ارزیابی کرد تا مطمئن شود که به خوبی تراز هستند. سپس، به سراغ جیبش رفت و یک سکه بیرون کشید و آن را چند بار در هوا انداخت تا مطمئن شود که من می‌دانم آخرین آزمایش تخت دارد می‌رسد. در آخرین پرتاب، سکه را روی تخت رها کرد. سکه روی تشک افتاد و چند سانتی‌متر از آن به بالا پرید تا جایی که مربی توانست آن را درون دستش بگیرد.

سپس به سمت من چرخید و سرش را تکان داد و هیچ حرفی نزد زیرا درست کردن صحیح تختم وظیفه‌ام بود و انجام دادن آن جای هیچ تقدیری نداشت. این اولین وظیفه روزانه من بود و انجام درست آن بسیار مهم بود زیرا انضباط

و توجه به جزئیات را نشان می‌داد و به علاوه در انتهای روز، دیدن تخت به یادم می‌آورد که کاری را به خوبی انجام داده‌ام یعنی کاری که بدون اهمیت به اندازه‌اش باید به آن افتخار کنم.

در زندگی‌ام در نیروی دریایی، درست کردن تخت یکی از کارهای ثابتی بود که هر روز انجام می‌دادم. به عنوان یک نوابان دوم جوان نیروی ویژه روی یواس‌اس گریبک^۱ که زیردریایی برای عملیات ویژه بود، در درمانگاه کار می‌کردم که در آن‌جا چهار تخت قرار داشت. دکتر پیر بد اخلاقی که آن‌جا را اداره می‌کرد اصرار داشت که هر روز صبح باید تخت‌ها را درست کنم و اغلب می‌گفت که اگر تخت‌ها مرتب و اتاق تمیز نباشند، چگونه باید ملوانان انتظار درمان شدن در آن‌جا را داشته باشند؟ همان طور که بعداً متوجه شدم، این مراقبت از تمیزی و نظم روی هر جنبه زندگی نظامی اعمال شده است.

سی سال بعد، برج‌های دوقلو در نیویورک ریختند و پنتاگون مورد حمله قرار گرفت و آمریکایی‌های شجاعی در یک هواپیما روی پنسیلوانیا جان باختند.

در زمان حمله، به دلیل یک سانحه شدید چتربازی، در خانه و روی یک تخت بیمارستانی بودم و سعی داشتم سلامتی خودم را به دست بیاورم. یادم می‌آید که بیش از هر چیز دیگری در دنیا می‌خواستم از تخت پایین بیایم و همانند

^۱ USS Grayback

تختتان را مرتب کنید! □ ۱۱

هر نیروی ویژه دیگری برای این زنده بودم که همراه همزمانم در مبارزه باشم. وقتی بالاخره توانستم از تخت بیرون بیایم، اولین کاری که کردم این بود که ملافه‌ها را مرتب کردم، بالش را سرجایش گذاشتم و مطمئن شدم ظاهر تخت برای هر کسی که به اتاق می‌آید آراسته است. این روشی بود که با استفاده از آن نشان می‌دادم که روی صدماتم غلبه کرده‌ام و می‌توانم به زندگی ادامه دهم. ظرف چهار هفته بعد از حملات یازده سپتامبر، به کاخ سفید منتقل شدم تا دو سال بعدی را به عنوان یک افسر یونیفرم پوش از بخش مبارزه با تروریسم سپری کنم. در اکتبر ۲۰۰۳، من در دفاتر موقتی در فرودگاه بغداد بودم. در چند ماه اول، ما در تخت‌های سفری می‌خوابیدیم اما در این حالت هم هر وقت صبح بیدار می‌شدم، اولین کارم این بود که آن را به خوبی جمع می‌کردم، بالش را در بالای آن قرار می‌دادم و برای روزم آماده می‌شدم.

در دسامبر ۲۰۰۳، نیروهای آمریکایی صدام حسین را دستگیر کردند و او را به اتاق کوچکی حاوی تخت‌های سفری ارتشی اما با تشک و پتوهای گرانیقیمت، انتقال دادند. یک روز به صدام سر زدم تا مطمئن شوم که سربازانم به درستی حواسشان به او هست. متوجه شدم که صدام تختش را مرتب نکرده است و ملافه‌ها در پایین تخت هستند و اصلاً تلاشی برای مرتب کردن آن‌ها نکرده است.

در ده سال بعدی، افتخار کار کردن با تعدادی از بهترین انسان‌هایی را داشتم

که این ملت آن‌ها را ساخته است- از ژنرال تا سرباز و وظیفه، از آدمیرال تا تازه سربازهای نیروی دریایی، از سفیران تا تایپیست‌های کارمند. آمریکایی‌هایی که برای پشتیبانی از تلاش‌های جنگی به آنسوی دریاها فرستاده می‌شوند و با شجاعت، خود را برای این ملت بزرگ فدا می‌کنند.

آن‌ها فهمیده‌اند که زندگی سخت است و بعضی وقت‌ها برای اثرگذاری روی نتایج روزتان تنها به کار کوچکی نیاز است. در جنگ، سربازان می‌میرند، خانواده‌ها عزادار می‌شوند، روزهای شما طولانی می‌شوند و لحظات پر از استرسی دارید و به دنبال چیزی می‌گردید که بتواند به شما آرامش و انگیزه برای شروع روز بدهد و در این دنیای اغلب زشت، چیزی برای افتخار داشته باشید. اما این تنها برای جنگ نیست. بلکه در خود زندگی روزمره نیز شما به چنین احساسی نیاز دارید. چیزی نمی‌تواند جایگزین قدرت و راحتی ایمان یک نفر شود اما بعضی وقت‌ها همین عمل ساده مرتب کردن تخت می‌تواند نیاز شما به شروع خوب روز و ایجاد رضایت برای اتمام درست آن را برآورده کند.

اگر می‌خواهید زندگی خود و شاید دنیا را تغییر دهید، کار را با مرتب کردن تختتان شروع کنید!