
WILLIAM H. McRAVEN



EL CÓDIGO DEL HÉROE

10 virtudes para transformar
el miedo en valentía

Del autor del bestseller
HAZTE LA CAMA

William H. McRaven

El código del héroe

*10 virtudes para transformar
el miedo en valentía*

Traducción de Susana Olivares



No se permite la reproducción total o parcial de este libro, ni su incorporación a un sistema informático, ni su transmisión en cualquier forma o por cualquier medio, sea éste electrónico, mecánico, por fotocopia, por grabación u otros métodos, sin el permiso previo y por escrito del editor. La infracción de los derechos mencionados puede ser constitutiva de delito contra la propiedad intelectual (Art. 270 y siguientes del Código Penal). Dirijase a CEDRO (Centro Español de Derechos Reprográficos) si necesita fotocopiar o escanear algún fragmento de esta obra. Puede contactar con CEDRO a través de la web www.conlicencia.com o por teléfono en el 91 702 19 70 / 93 272 04 47

Título original: *The Hero Code: Lessons Learned from Lives Well Lived*
Publicado por Grand Central Publishing, Nueva York, Nueva York, EE. UU.

© William H. McRaven, 2021
© por la traducción, Susana Olivares Bari, 2021
© de esta edición, Editorial Planeta, S. A., 2022
© 2021, Editorial Planeta Mexicana, S. A. de C. V.
Av. Diagonal, 662-664, 08034 Barcelona
www.editorial.planeta.es
www.planetadelibros.com

Diseño de interiores: Cáskara / Alejandra Ruiz Esparza
Diseño de la cubierta: Booket / Área Editorial Grupo Planeta
Primera edición en Colección Booket: enero de 2022

Depósito legal: B. 19.076-2021
ISBN: 978-84-08-25155-2
Impresión y encuadernación: Liberdúplex, S. L.
Printed in Spain - Impreso en España

ÍNDICE



INTRODUCCIÓN	11
CAPÍTULO UNO. Valentía	19
CAPÍTULO DOS. Humildad	33
CAPÍTULO TRES. Sacrificio	45
CAPÍTULO CUATRO. Integridad	57
CAPÍTULO CINCO. Compasión	71
CAPÍTULO SEIS. Perseverancia	85
CAPÍTULO SIETE. Deber	99
CAPÍTULO OCHO. Esperanza	121
CAPÍTULO NUEVE. Humor	135
CAPÍTULO DIEZ. Perdón	153
EPÍLOGO	165
<i>EL CÓDIGO DEL HÉROE</i>	171
AGRADECIMIENTOS	173

CAPÍTULO UNO



Valentía



Al entrar al gran centro de mando de mi cuartel general de Operaciones Especiales en Tampa, un sargento con uniforme de camuflaje ordenó a los soldados cuadrarse y saludar. Todos se levantaron de sus asientos y se mantuvieron firmes hasta que ocupé mi lugar en la cabecera de la mesa.

—Tomad asiento —ordené.

Se trataba de la junta informativa diaria y más de cien soldados, marineros, aviadores, marines y civiles se encontraban repartidos por la habitación, todos preparados para proporcionar al almirante de cuatro estrellas, que en este caso era yo, sus impresiones relacionadas con los sucesos de la noche anterior.

Sobre la pared de casi dos metros que estaba en frente, había una colección de pantallas planas de 70 pulgadas, cada una con información vital relacionada con nuestras operaciones especiales alrededor del mundo. En el centro de la pared había tres metros cuadrados ocupados con una enorme colección de cámaras y micrófonos para poder tener videoconferencias con mis comandantes.

A mi lado estaba sentado Chris Faris, mi sargento mayor de comando, un *ranger* y operador de Fuerzas Especiales altamente condecorado. Faris y yo llevábamos cinco años trabajando juntos y ya era indispensable para mí. Lo saludé y al momento supe que algo pasaba. Estaba muy callado y respondió a mis saludos con un leve movimiento de cabeza.

Desde el centro de la comandancia, un joven oficial empezó a informar de los resultados de las misiones de la noche anterior. Mencionó algunas operaciones de los *rangers* y los SEAL en Afganistán, algunos programas de entrenamiento en África, y después pasó al informe de bajas. En silencio, elevé una plegaria al tiempo que el oficial empezó a hablar.

—Señor, anoche, en la provincia de Kandahar, perdimos a tres efectivos: al soldado Christopher Horns, al sargento primero Kris Domeij... —hizo una pausa— y a la teniente Ashley White del Equipo de Apoyo Cultural.

Respiré hondo.

—¿Qué sucedió? —pregunté con solemnidad.

—Señor, los *rangers* llevaban a cabo una misión de rutina en Kandahar y el complejo talibán estaba sembrado de trampas explosivas. Los dos *rangers* y la teniente White pisaron una mina terrestre de placa de presión y se detonó. Los *rangers* murieron al instante. —El joven oficial hizo otra pausa. Le estaba resultando difícil continuar con la siguiente oración—. La teniente White sufrió lesiones graves a causa de la explosión. —Se detuvo de nuevo—. El helicóptero de evacuación médica la llevó hasta Kandahar, pero falleció en el hospital.

Todos los presentes en la sala se quedaron mirando al suelo o a mí.

Enterarse de que se han perdido efectivos nunca resulta fácil. No es que la vida de los dos *rangers* valiera menos, pero al padre que soy, al padre de una hija que casi tiene la edad de Ashley, se le hacía

difícil, de alguna manera, aceptar esa pérdida. No era el primer elemento femenino que perdía en combate, pero en esta ocasión se trataba de algo personal, porque Ashley White jamás hubiese formado parte de esa misión si yo no lo hubiera solicitado.

En 2008, como almirante de tres estrellas, asumí el cargo de comandante del Mando Conjunto de Operaciones Especiales. Aunque la base estaba en Carolina del Norte, pasábamos la mayor parte de nuestro tiempo en Irak y Afganistán. Después de observar nuestras operaciones de combate noche tras noche, me di cuenta de que necesitábamos incluir mujeres estadounidenses en nuestras misiones. Las necesitábamos para que pudieran interactuar con las mujeres afganas en el terreno. El hecho era que, en términos culturales, los hombres, incluso si eran afganos, no estaban preparados para interactuar con miembros del sexo opuesto. Y quienes contaban con la inteligencia vital relacionada con el enemigo al que estábamos persiguiendo eran las esposas, hijas y hermanas de los afganos, es decir, las mujeres afganas. Luchar sin contar con soldados femeninos para que interactuaran con las mujeres de Afganistán era como hacerlo con una mano atada a la espalda. La falta de soldados mujeres hacía

que el riesgo que se corría en las misiones fuera mucho mayor. Pero los efectivos femeninos que me hacían falta no podían ser de cualquier tipo, ¡necesitaba a las mejores! Requería mujeres que fueran intrépidas, fuertes física y mentalmente, capaces de tolerar el estrés constante que acompaña a la guerra. Mujeres dispuestas a luchar codo a codo con guerreros endurecidos por el combate y a quienes no les intimidara su experiencia ni les asustaran sus maneras bruscas ni su comportamiento insensible. Cada noche nos enfrascábamos en batallas inmisericordes y con el paso de los años las bajas se habían acumulado y, junto con ellas, el número de hombres marcados por esas muertes. Necesitaba mujeres tan resilientes como ellos, tan valientes y tan comprometidas con la misión como ellos. Por ello pedí a mis superiores que se formaran Equipos de Apoyo Cultural (EAC) con elementos femeninos que participaran en mis operaciones de combate. Y Ashley White fue una de las primeras voluntarias.

Cada candidata a los EAC era enviada a Fort Bragg, en Carolina del Norte, donde se preparaba con un exhaustivo entrenamiento físico y psicológico para su emplazamiento en el extranjero. Ashley tenía una condición física increíble y era capaz de hacer veinte

dominadas sin interrupción, y de igualar a los hombres en la mayoría de las pruebas físicas. Uno de los instructores la llamaba «la silenciosa Megatron rubia». Pero no solo era increíblemente ruda, sino que era una dama en todos los sentidos. La capitana Meghan Curran, su compañera en el EAC, nos dijo que Ashley era «esposa e hija... no le tenía miedo a nada, pero tenía un lado suave, no temía ser femenina y ser una guerrera al mismo tiempo».

Para agosto de 2011, Ashley estaba en Afganistán llevando a cabo misiones con el Septuagésimo Quinto Regimiento Ranger, la unidad de infantería de mayor nivel de todo el país. A las pocas semanas de llegar a la zona de combate se vio involucrada en un intercambio armado con los talibanes. Este hecho la hizo merecedora de la Insignia de Acción en Combate, que solo se otorga a efectivos bajo fuego enemigo. Con su típica humildad, le restó toda importancia al incidente armado.

Noche tras noche, Ashley se ponía su equipo de combate, cogía su arma, se subía a un helicóptero y se internaba en la oscuridad de la noche sin saber si regresaría. Pero a pesar del peligro, a pesar de los riesgos y a pesar de la posibilidad de perderlo todo,

lo que más temía era decepcionar a sus compañeros de armas: no estar allí cuando la necesitasen. Pero Ashley White *siempre* estuvo allí para sus camaradas. *Siempre* estuvo lista, *siempre* estuvo preparada, *siempre* estuvo centrada en la misión. La noche del 22 de octubre de 2011 no fue la excepción. Se puso su equipo, hizo a un lado sus temores y subió al helicóptero; porque sin importar lo que la noche trajera consigo, no iba a decepcionar a los soldados a los que apreciaba. La única diferencia era que esa noche su increíble valentía le costaría la vida.

El combate tiene muchas maneras de desgastarte. El temor te corroe noche tras noche, te susurra al oído y saca provecho de tus peores pesadillas. Necesitas una increíble valentía solo para levantarte por las mañanas y enfrentarte a tu día. Y se necesita un valor todavía más extraordinario para enfrentarte con entusiasmo a ese día sabiendo los retos y riesgos a los que te enfrentarás. Pero los héroes verdaderos, como Ashley White, lo hacen porque encontraron el coraje para enfrentarse a sus temores y eso les da nervios de acero y fortalece su determinación.

En cada una de las cartas que tuve que escribir a los padres o cónyuges de un elemento caído dije,

sin dudarle ni por un momento, que sus héroes murieron haciendo lo que amaban, junto a hombres y mujeres que los apreciaban y respetaban. Sabía que, por muy dolorosas que esas palabras pudiesen resultar en su momento de duelo, expresaban la verdad. Ashley White apreciaba a los soldados con los que servía y su valentía era la encarnación de ese amor. Lo mismo había ocurrido con los galardonados con la Medalla de Honor, el teniente Mike Murphy, el jefe Mike Monsoor y los sargentos John Chapman y Robbie Miller; o con los SEAL y soldados a bordo de los helicópteros Turbine 33 y Extortion 17 que volaron a territorio enemigo para rescatar a sus compañeros y jamás regresaron. O con los otros miles de soldados, marineros, aviadores, marines y civiles que han dado tanto desde los ataques del 11 de septiembre.

Pero la valentía no es terreno exclusivo de los guerreros. Nada más lejos de esto. He atestiguado actos de heroísmo equivalentes por parte de médicos que cuidan de sus enfermos, de policías que patrullan las calles, de bomberos que se adentran en edificios en llamas, de padres y madres que protegen a sus hijos, y de incontables hombres y mujeres que se sobrepone a sus temores y hacen cosas extraordinarias.

No obstante, hay ocasiones en que la valentía física que se requiere para enfrentar a los enemigos de la nación o a las amenazas callejeras palidece en comparación con el valor que se necesita para enfrentarse al enemigo que llevamos dentro. Cada uno de nosotros debe afrontar desafíos en su vida: temor, incertidumbre, arrepentimientos, alcohol, drogas, depresión..., la vida misma. A menudo me he visto inspirado por el valor de otras personas que se enfrentan a sus propios demonios. Con enorme orgullo vi cómo Chris Faris, mi sargento mayor de comando, y Lisa, su esposa, compartieron su historia personal con miles de soldados. Fue la historia del estrés postraumático de Chris y la lucha de la pareja por mantener unida a su familia. Chris y Lisa la dieron a conocer para animar a otros cientos de combatientes en crisis a buscar ayuda. Es indudable que su valor salvó la vida de incontables hombres y mujeres jóvenes que estaban al borde del suicidio.

Pero no solo las tropas han tenido que lidiar con estas heridas invisibles. También Carter Ham, un general de cuatro estrellas, dio el extraordinario paso de compartir en público su batalla contra la depresión y el estrés postraumático con la esperanza de

que hacerlo pudiera animar a otros a buscar ayuda. El almirante Sandy Winnefeld, anterior vicepresidente de la Junta de Jefes del Estado Mayor, perdió a un hijo por causa de la crisis de opioides. Después de eso él y Mary, su esposa, iniciaron una campaña, el Proyecto SAFE, para ayudar a otras personas que estuviesen luchando contra esta adicción.

Nadie es inmune a los dolores y desilusiones de esta vida, pero si por un segundo dudas de que tienes el valor necesario para enfrentarte al mal que hay en el mundo o a esa debilidad que pervive en el fondo de cada uno de nosotros..., estás equivocado.



Cuenta la leyenda que durante la batalla por la independencia de Texas, el coronel William B. Travis desenvainó su sable y trazó una línea en la arena a los pies de los hombres que defendían el Álamo. Les dijo que era prácticamente inevitable que perdieran la vida a manos del ejército del general mexicano Antonio López de Santa Anna y que cualquier hombre que deseara abandonar el fuerte podía hacerlo, pero que cualquiera que quisiera quedarse a luchar

debía dar un paso al frente: un paso para cruzar esa línea que había trazado en la arena. Aunque políticos, historiadores y personas bien intencionadas de ambos bandos podrán debatir la rectitud moral de esa batalla, nadie puede poner en duda la valentía de los hombres que optaron por quedarse y el impacto que tuvo su acción sobre el futuro de Estados Unidos.

Todos tenemos nuestras líneas en la arena, esos temores que nos impiden ser valientes, pero lo único que necesitamos hacer para sobreponernos a ellos, a esos obstáculos, a esos retos en la vida, es dar un paso al frente. Solo uno. Da un paso y sube al helicóptero, da un paso y habla con un médico, da un paso y desafía a esos bravucones, da un paso y enfréntate a tus demonios interiores. Bastará con que des ese paso para encontrar el valor que buscas, la valentía que necesitas para superar tus miedos y convertirte en el héroe que ansías ser.

EL CÓDIGO DEL HÉROE

Siempre me esforzaré por ser valiente,
por dar un paso al frente mientras me
enfrento a mis temores.

