



فصل پنجم:

شکست شما را قوی تر می کند

اگر می خواهید دنیا را تغییر دهید، از سیرک نترسید

جزیره کورنادو موج های خروشان داشت. آن امواج در حین شنای پهلو برای بازگشت به ساحل، به صورت مان سیلی می زدند. طبق معمول من و هم تیمی ام تلاش می کردیم خودمان را به بقیه اعضای کلاس یگان ویژه برسانیم. مربی ها سوار قایق نجات سرمان داد می زدند که سرعت مان را بیشتر کنیم، اما انگار هر چقدر تندتر شنا می کردیم، بیشتر از بقیه عقب می افتادیم. آن روز، با ناوبان دوم مارک توماس هم تیمی بودم. مارک هم مثل من از طریق نیروهای آموزش افسران ذخیره اعزام او از مؤسسه نظامی ویرجینیا فارغ التحصیل شده بود و یکی از بهترین دونده های دوی استقامت کلاس بود.

در دوره آموزشی سیل، هم تیمی یعنی کسی که می توانستی به او تکیه کنی. زمان غواصی، هرکسی را به هم تیمی اش می بستند. تا در شناهای طولانی با او همکاری کنید. هم تیمی شما در

یادگیری کمک‌تان می‌کند، به شما انگیزه می‌دهد و در کل تمرین به نزدیک‌ترین یارتان تبدیل می‌شود. اگر یکی از هم‌تیمی‌ها به هر دلیلی موفق نمی‌شد، هر دو نفر تنبیه می‌شدند. مربی‌ها از این روش برای بالا بردن روحیه کارگروهی استفاده می‌کردند.

وقتی شنا تمام شد و به ساحل رسیدیم، یکی از مربی‌ها منتظر ما بود. فریاد زد: «بخوابین!»

این فرمان به معنای دستور قرارگیری در موقعیت شنا بود: پشت صاف، دست‌ها کاملاً باز و سر بالا.
«اسم خودتون رو گذاشتید افسر؟»

این سؤال جوابی نداشت. هر دوی ما می‌دانستیم که مربی به حرف‌های خود ادامه می‌دهد.

«افسران تیم‌های یگان ویژه سیل همیشه بهترین هستن، هیچ وقت آخر نمیشن. اون‌ها هم‌کلاسی‌هاشون رو شرمنده نمی‌کنن.»
مربی دور ما راه می‌رفت و در همین حال با پا ماسه را به صورت مان می‌پاشید.

«آقایون! فکر نمی‌کنم شما بتونین این دوره را با موفقیت تموم کنین. فکر نمی‌کنم عرضه این رو داشته باشین که افسریگان ویژه سیل بشید.»

بعد یک دفترچه سیاه کوچک از جیب پشתי‌اش درآورد و با تنفر به ما نگاه کرد و چیزی در دفترش نوشت و گفت: «شما دو نفر وارد لیست سیرک شدید.»

و بعد در حالی که سرش را تکان می داد ادامه داد: «خیلی شانس بیارید نهایتاً بتونید یه هفته دیگه دووم بیارین».

سیرک! چیزی که من و مارک اصلاً نمی خواستیم. هرروز بعد از ظهر در پایان آموزش، سیرک برگزار می شد. یک برنامه دو ساعته با تمرین های ورزشی و آزار و اذیت بی وقفه از طرف کهنه سربازان جنگی سیل. هدف آن ها این بود که فقط افراد قوی و پراستقامت در آموزش بمانند. اگر در انجام استانداردهای تعیین شده هر برنامه کاری، با شکست مواجه می شدیم، مثل نرمش های سنگین، عبور از موانع، دوهای زمان دار و یا شنا، اسم مان وارد لیست می شد. این یعنی از دید مربی ها، شکست خورده ایم.

دلیل ترس زیاد کارآموزها از سیرک فقط تحمل تمرین های سخت آن نبود، بلکه به این دلیل بود که فردای روز سیرک، به خاطر تمرینات سنگین، آنقدر خسته بودند که باز هم نمی توانستند در انجام تمرینات طاقت فرسا موفق شوند. همین می شد که یک سیرک دیگر در انتظارشان بود و این روند همینطور تکرار می شد. یک نوع چرخه شکست که باعث می شد بسیاری از افراد، آموزش را رها کنند.

با پایان یافتن رویدادهای روزانه توسط کارآموزها، من و مارک و چند نفر دیگر به زمین آسفالت رفتیم تا یک جلسه طولانی تمرینات نرمشی انجام دهیم.

چون آن روز در شنا جزء نفرات آخر شده بودیم، مربی‌ها سیرک را فقط مخصوص ما در نظر گرفته بودند: بال زدن پروانه‌ای، به دفعات خیلی زیاد. این حرکات برای تقویت عضلات شکم و ران‌ها بود تا بتوانید در شنا‌های طولانی در اقیانوس به راحتی شنا کنید. البته هدف دیگرش این است که تمام انرژی شما را بگیرد!

طراحی این تمرین به این صورت بود که باید به پشت می‌خوابیدیم، پاهای مان را مستقیم به جلو می‌کشیدیم و دست‌های مان را پشت سر گذاشتیم. با شمارش مربی پاها را با حرکتی ضربه مانند به بالا و پایین حرکت می‌دادیم. در کل تمرین حق نداشتیم زانوها را خم کنیم. چون خم کردن زانویک نوع ضعف در میان «مردان قورباغه‌ای» محسوب می‌شد.

سیرک یک تنبیه عذاب‌آور بود. صدها تمرین سخت و طاقت‌فرسا، شنا، بارفیکس، درازنشست و تمرین‌های هشتگانه بدنسازی. موقع غروب من و مارک دیگر از خستگی نمی‌توانستیم جُم بخوریم. شکست بهای سنگینی داشت.

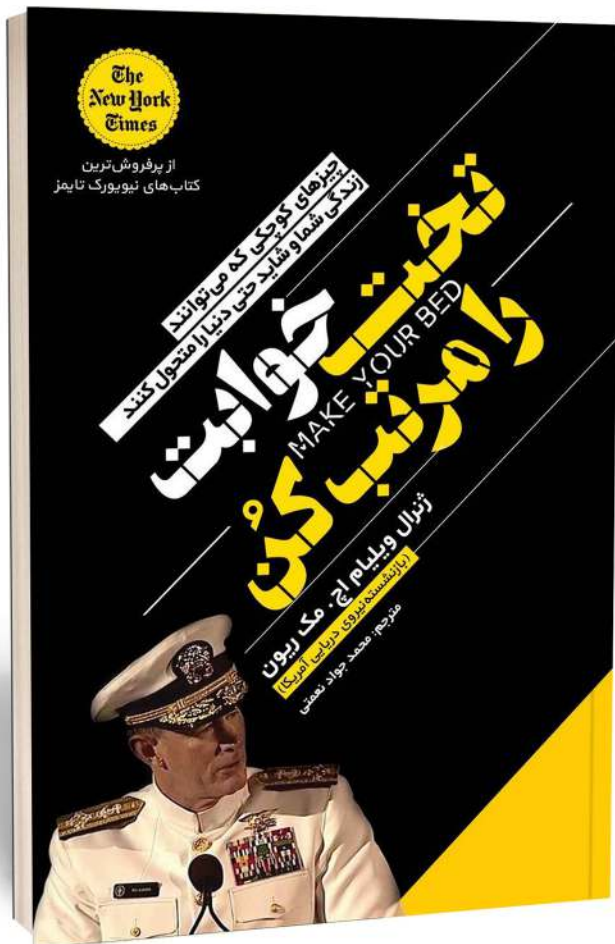
روز بعد نیز همراه بود با نرمش‌های بیشتر، دویدن، عبور از موانع، شنا و متأسفانه باز هم سیرک. باز هم درازنشست، شنا و دفعات زیادی بال زدن پروانه‌ای. ولی با ادامه سیرک، اتفاق جالبی افتاد. شنای ما بهتر شد و من و مارک از گروه جلوافتادیم.

سیرک که در ابتدا مجازاتی برای شکست مان بود، حالا باعث شد که ما قوی تر و سریع تر شویم و اعتماد به نفس مان در زمان شنا در اقیانوس بیشتر شود. کارآموزان دیگر که فقط گاهی شکست می خوردند، خیلی زود کنار می کشیدند، چون نمی توانستند سختی عذاب آور این تنبیه را تحمل کنند، همین بود که خیلی زود تسلیم می شدند. اما من و مارک به هم قول داده بودیم که اجازه ندهیم سیرک شکست مان دهد.

با رسیدن به آخر دوره آموزشی، آخرین شنا در اقیانوس انجام شد. پنج مایل دورتر از ساحل جزیره کلمنت شنا کردیم. برای اینکه از تمرینات آموزشی سیل فارغ التحصیل شویم، باید این شنا را پشت سر می گذاشتیم.

وقتی در آب شیرجه زدیم، متوجه شدیم آب به شکل آزاردهنده ای سرد است. پانزده تیم دو نفره شنا وارد آب شدند و تلاش برای عبور از مسیر طولانی خلیج کوچک، دور شبه جزیره و روی بسترهای جلبک دریایی را آغاز کردند. بعد از دو ساعت تیم ها آنقدر از هم فاصله گرفته بودند که نمی شد فهمید چقدر جلویا عقب هستیم. پس از حدود چهار ساعت شنا، من و مارک که دیگر بدن مان کرخت شده بود، خسته و بی حال به ساحل رسیدیم. مربی لب ساحل منتظر ما بود.

فریاد زد: «بخوابین».



خرید این اثر از سایت
YUSHITA.COM

یوشیتا

✉ INFO@YUSHITA.COM

☎ ۰۲۵-۳۲۶۱۷۲۳۷

📱 @YUSHITAPUB