

LES VRAIS
HÉROS
NE PORTENT PAS
DE CAPE

WILLIAM H. MCRAVEN
ANCIEN AMIRAL DE L'US NAVY

LES VRAIS
HÉROS
NE PORTENT PAS
DE CAPE

RÉVÉLEZ LES QUALITÉS
QUI SOMMEILLEN EN VOUS

Traduit de l'anglais (États-Unis) par
NOUANNIPHA SIMON

DUNOD

DU MÊME AUTEUR,
CHEZ LE MÊME ÉDITEUR

Si tu veux changer ta vie, commence par faire ton lit (2018)
Ma vie dans les forces spéciales (2020)

L'édition originale de cet ouvrage a été publiée en 2021
aux États-Unis par Grand Central Publishing,
un éditeur de Hachette Book Group, sous le titre
The Hero Code. Lessons Learned from Lives Well Lived
Copyright © 2021 by William H. McRaven

This edition published by arrangement with Grand Central
Publishing, New York, New York, USA. All rights reserved.

Pour l'édition française:

© Dunod, 2021

11 rue Paul-Bert, 92240 Malakoff

www.dunod.com

978-2-10-082524-0

Traduction: Nouannipha Simon

Direction artistique: Nicolas Wiel

Mise en pages: Soft Office

Sommaire

Avant-propos	9
Chapitre 1 Le courage	19
Chapitre 2 L'humilité	35
Chapitre 3 Le sacrifice	47
Chapitre 4 L'intégrité	59
Chapitre 5 La compassion	75

Chapitre 6		
La persévérance	89
Chapitre 7		
Le devoir	105
Chapitre 8		
L'espoir	131
Chapitre 9		
L'humour	147
Chapitre 10		
Le pardon	165
Épilogue	177
Le code du héros	185
Remerciements	187
À propos de l'auteur	189

*Je dédie ce livre à tous les hommes
et toutes les femmes remarquables qui ont combattu
la pandémie de Covid-19 pour que le reste d'entre nous
puisse continuer à vivre – aux chercheurs,
personnels de santé, à ceux qui produisent
et fournissent les biens et les services et à ceux
qui protègent nos rues. S'il y a des personnes dignes
d'être appelées « héros », c'est vous.
Merci pour tout ce que vous avez fait pour la nation !*

Avant-propos

En 1960, j'avais cinq ans, et mon père, un officier de l'Air Force, était stationné à Fontainebleau, en France. Il était rattaché au Grand Quartier général des Puissances alliées en Europe (SHAPE en anglais). Nous habitons une maison toute simple sur trois niveaux dans le quartier isolé de Bella Woods. Nous n'avions pas la télévision, et je passai mon enfance à dévorer des *comics* américains : *Batman*, *Spiderman*, *Les Quatre Fantastiques*, *Les X-Men*, *Hulk*, *Thor* et *Aquaman*. Mais un héros en particulier enflammait mon imagination. Il incarnait l'Amérique. Son costume était rouge, blanc et bleu. Il venait d'une petite ville

du Kansas et avait des pouvoirs fabuleux. Plus rapide qu'une balle de revolver, se propulsant au sommet des gratte-ciels d'un seul bond, il volait au secours de la veuve et de l'orphelin. Il défendait «les faibles et les opprimés». Pendant la Seconde Guerre mondiale, mon héros combattait les nazis, les fascistes, les seigneurs de guerre impérialistes et les partisans de la cinquième colonne. Aux côtés des soldats et marins américains, il s'était donné pour mission de sauver l'avenir de la démocratie, et il avait réussi ! Il était le héros de mes BD préférées, il était l'homme d'acier, il était Superman !

Je voulais être comme Superman. Dans la maison, toutes les serviettes de bain sans exception avaient, à un moment ou un autre, fait office de cape. Je bondissais de chaise en canapé, sur les tables et les meubles pour faire comme mon héros. Si le monde était à nouveau en danger, Superman viendrait à la rescousse. Et peut-être pourrions-nous faire équipe. Batman avait Robin, pourquoi Superman n'aurait-il pas un acolyte ?

En 1963, mon père reçut l'ordre de rentrer aux États-Unis. Toute la famille se rendit à Calais pour embarquer à bord de l'USS *United States*. Après quatre jours en mer, le navire entra dans le port de New York. À peine étions-nous installés dans notre chambre d'hôtel que j'allumai la télévision. Et voilà qu'apparaissait en noir et blanc mon héros favori, s'élançant d'immeuble en immeuble. Les balles rebondissaient sur son corps d'acier tandis qu'il volait au secours de Lois Lane. Et tout cela se passait dans la ville de Metropolis. Metropolis, New York. Et moi, j'étais à Metropolis. Et si moi, j'y étais, peut-être – qui sait ? – peut-être que Superman s'y trouvait aussi.

Les jours suivants, mon père et moi entreprîmes d'explorer la ville. Nous allâmes partout, de l'Empire State Building à l'Exposition universelle en passant par Times Square. Je gardais les yeux constamment levés vers le ciel dans l'espoir d'apercevoir l'homme d'acier entre deux gratte-ciels. Mon père s'arrêtait

parfois pour me demander si tout allait bien. *Oui, oui, bien sûr, tout va bien.* J'avais huit ans, plus vraiment l'âge de croire en l'existence de Superman. Je savais bien qu'il n'était qu'un personnage de bande dessinée, mais au fond de moi, j'espérais qu'il existait bel et bien. *Parce que si Superman existait, tous les problèmes du monde étaient résolus.* Pour lui, rien n'était impossible. Les nazis ne pouvaient pas l'arrêter. Les extra-terrestres ne pouvaient pas le blesser. Aucun criminel ne pouvait rivaliser avec mon héros.

Mon père finit par s'arrêter et me demander :

– Bill, quelque chose ne va pas ?

J'avais un peu honte de lui expliquer ça, mais je finis par céder à ses encouragements.

– Eh bien... New York, c'est en fait Metropolis, et...

J'hésitai encore.

– J'espérais voir Superman.

Mon père sourit, me passa le bras autour des épaules et me désigna un agent de police.

– Fiston, voilà l’homme qui protège la ville de New York.

Je ne sais pas si l’on peut parler de révélation pour un petit garçon de huit ans, mais ce jour-là, je compris quelque chose d’important. Si Superman n’existait pas, qui allait sauver le monde ? Si Superman, Batman ou Spiderman n’allaient pas venir nous sauver, qui allait arrêter les criminels, les nazis, les Soviétiques, les extra-terrestres ? Qui allait mettre un terme à toute cette violence et cette destruction ? Il ne restait que nous. J’avais ma réponse : c’était à nous de sauver le monde.

Avec le temps, mon attention s’est tournée vers les vrais héros de notre monde : les astronautes qui avaient atteint la Lune ; les médecins qui mettaient au point des vaccins pour sauver des millions de vies ; les militants qui se battaient pour les droits de ceux qui n’étaient pas représentés ; les leaders politiques qui

formaient des gouvernements où le peuple pouvait s'exprimer ; les soldats qui revenaient de Corée ou du Vietnam ; les sportifs dont les prouesses transcendaient les barrières ethniques ; les aventuriers qui grimpaient toujours plus haut, plongeaient toujours plus profond, naviguaient toujours plus loin à la découverte de l'inconnu ; les visionnaires qui s'évertuaient à assainir l'air, sauver les océans et protéger nos fragiles écosystèmes. J'étais fasciné par ces hommes et ces femmes remarquables et, au fond de moi, je savais que je n'arrivais pas à leur cheville. Ils étaient plus intelligents, plus forts, plus courageux. Ils possédaient toutes les qualités qui me faisaient défaut. Ils avaient des superpouvoirs que je n'avais pas. C'est pour cela qu'ils étaient mes héros, c'est pour cela qu'ils étaient les seuls à pouvoir sauver le monde.

Mais j'avais tort.

En 1977, diplômé de l'université du Texas à Austin, je m'engageai dans les Navy SEALs. Au cours des trente-sept années qui suivirent,

je voyageai dans le monde entier. Je vis le pire de l'humanité : la guerre, la destruction, la maladie, la pauvreté, la cruauté et l'indifférence. Le monde croulait sous les problèmes, des problèmes apparemment insurmontables, insolubles ! Mais au cours de ces trente-sept années, je pus également entrevoir le meilleur de l'humanité : des hommes et des femmes qui œuvraient pour la paix, qui rebâtissaient des nations, qui luttaienent contre les maladies et soulageaient les plus démunis de la pauvreté, des hommes et des femmes dont la compassion était si grande qu'elle éclipsait la cruauté et l'indifférence des autres, des hommes et des femmes qui venaient de tous les horizons, de toutes les couches sociales, de toutes les races, de toutes les croyances et de toutes les orientations sexuelles.

Je me rendis compte qu'en chacun de nous, il y avait un héros, un code inscrit dans notre ADN depuis la naissance de l'humanité. Et c'est ce code qui avait conduit l'humanité hors d'Afrique, poussé les explorateurs à traverser