

УДК 821.111(71)-312.1 *Права на перевод получены соглашением*
ББК 84(7Кан) *с издательством HarperCollins Publishers Ltd*
III-26 *(Canada) и Synopsis Literary Agency.*

Все права защищены. Никакая часть данной книги не может быть воспроизведена в какой бы то ни было форме без письменного разрешения владельцев авторских прав.

Шарма, Робин.

III-26 Кто заплачет, когда ты умрешь? Уроки жизни от монаха, который продал свой «феррари» / Робин Шарма. — Москва : Издательство АСТ, 2019. — 224 с.

ISBN 978-5-17-114898-0 (Шарма: Уроки мудрости)

ISBN 978-5-17-114899-7 (Монах, который продал свой «феррари»)

Суета, жажда наживы, пустые разговоры и бесполезная трата времени — вот на что большинство из нас тратит свою жизнь. Но все это не приносит счастья. Поэтому многие полагают, что счастье — это миф. Но счастье — совсем рядом! И его может получить каждый из нас.

Просто начните читать эту книгу, выполнять несложные упражнения и следовать простым советам, которые она предлагает. И вы «очнетесь»! Вы обретете истинный смысл, ощутите настоящую радость, в вашу жизнь войдет счастье и пребудет с вами до вашего последнего вздоха. Перед вами великая книга, которая изменит вашу судьбу!

Макет подготовлен редакцией



ISBN 978-0007242870 (англ.)

ISBN 978-5-17-114898-0
(Шарма: Уроки мудрости)

ISBN 978-5-17-114899-7
(Монах, который продал
свой «феррари»)

WHO WILL CRY WHEN YOU DIE
Life Lessons from the Monk Who Sold
His Ferrari

© 1999 by Robin Sharma

© Бродоцкая А.,

Перевод на русский язык, 2013

© ООО «Издательство АСТ», 2019

Содержание

Вступление.	13
1. Найди свое призвание	15
2. Каждый день делай доброе дело для кого-нибудь незнакомого.	18
3. Ищи другую точку зрения	20
4. Будь строг к себе ради своего же блага	22
5. Веди дневник	24
6. Разработай концепцию честности	26
7. Почитай свое прошлое	28
8. Правильно начинай день	30
9. Учись вежливо отказывать	32
10. Устраивай себе еженедельный «день седьмой».	34
11. Говори с самим собой	36
12. Запланируй «тридцатиминутку тревоги»	38
13. Бери пример с ребенка	41
14. Помни, что гений — это 99 % вдохновения.	43
15. Твое тело — храм, содержи его в порядке	45
16. Учись молчать.	47
17. Придумай себе идеальных соседей.	49

18. Вставай пораньше	51
19. Считай свои беды благом	54
20. Почаще смейся.	56
21. Проведи день без часов	58
22. Чаще рискуй.	60
23. Проживи жизнь	62
24. Учись на хороших фильмах.	63
25. Благословляй свои деньги	65
26. Сосредоточься на достойном	67
27. Пиши благодарственные записки	70
28. Не выходи из дому без книги	72
29. Заведи «банковский счет» добрых дел.	75
30. Не просто смотри человеку в глаза.	77
31. Составь список своих проблем	79
32. Привыкай действовать	81
33. Пойми, что твои дети — это дар	83
34. Наслаждайся процессом, а не только результатом	85
35. Помни, что осознание — предвестник перемены .	87
36. Прочитай «Вторники с Морри»	89
37. Стань хозяином своего времени	91
38. Сохраняй хладнокровие	93
39. Найми себе совет директоров	95
40. Перестань мыслить по-обезьяньи.	98

41. Приучись просить	100
42. Ищи высокий смысл в своей работе	102
43. Собирай и читай героические книги.	104
44. Развивай свои таланты.	107
45. Налаживай связь с природой	110
46. Рационально используй время в пути.	112
47. Объяви войну новостям	114
48. Пойми, что ставить перед собой цель — дело серьезное.	116
49. Помни закон двадцати одного	118
50. Приучайся прощать	120
51. Пей свежесжатый сок.	121
52. Следи за чистотой окружающей среды	123
53. Гуляй по лесу	125
54. Найди себе тренера по достижению успеха . . .	127
55. Устрой себе мини-отпуск	129
56. Работай волонтером.	131
57. Найди свои шесть степеней отчуждения.	133
58. Каждый день слушай музыку	135
59. Напиши завещание.	137
60. Найди себе трех настоящих друзей	139
61. Прочитай книгу Джулии Кэмерон «Путь художника».	141
62. Научись медитировать	143

63. Устрой себе панихиду при жизни 145
64. Перестань ныть и начни жить 147
65. Повышай свою ценность 149
66. Стань хорошим воспитателем для своих детей . 151
67. Подвергай сомнению общепринятые
стереотипы 153
68. Носи при себе карточку с главными целями . . . 155
69. Перестань быть рабом настроения 157
70. Полюби простые радости 159
71. Перестань искать виноватого 161
72. Считай, что каждый день — это целая жизнь . . 163
73. Создай «Мозговой центр» 165
74. Создай повседневный кодекс поведения 167
75. Обогащай реальность фантазией 169
76. Стань директором собственной жизни 171
77. Не заносись 174
78. Не старайся дочитать все книги, за которые
берешься 176
79. Будь милосерден к себе 178
80. Принеси обет молчания 180
81. Не отвечай на все телефонные звонки подряд . 182
82. Помни, что отдых — это не что-нибудь,
а восстановление сил 184
83. Выбирай себе достойных противников 185

84. Меньше спи	187
85. Каждый день устраивай семейную трапезу. . .	190
86. Научись делать хорошую мину при плохой игре	192
87. Запишись на курсы ораторов.	194
88. Приучай себя мыслить масштабно	196
89. Не беспокойся из-за того, что не в силах изменить.	198
90. Научись гулять пешком.	199
91. Перепиши свою биографию	201
92. Посади дерево	202
93. Найди свою тихую гавань.	203
94. Чаще фотографируй и фотографируйся	205
95. Привей себе вкус к приключениям	207
96. Прежде чем возвращаться домой, выпусти пар	208
97. Прислушивайся к внутреннему голосу	210
98. Коллекционируй цитаты, которые тебя вдохновляют.	212
99. Люби свою работу	214
100. Служи самоотверженно	216
101. Живи полной жизнью — и ты умрешь счастливым.	218
Благодарности	220
Об авторе	221

Эту книгу я посвящаю тебе, читатель.

И от всей души надеюсь, что уроки жизни,
которые ты найдешь на этих страницах, пойдут
тебе на пользу — и с их помощью ты проявишь
свои таланты во всей полноте и изменишь
к лучшему жизнь своих близких.

Кроме того, я посвящаю эту книгу своим детям
Колби и Бьянке — лучшим своим учителям.
Я вас люблю!

Трагедия жизни — не смерть,
а то, что умирает в нас
по нашему недосмотру,
пока мы еще живы.

Норман Казинс

Вступление

То, что ты взялся читать эту книгу, делает тебе честь. Тем самым ты принял решение жить более продуманно, радостно и насыщенно. Ты решил прожить свою жизнь не как придется, а как захочется, не по умолчанию, а по плану. Мои аплодисменты!

После выхода в свет двух предыдущих книг из серии «Монах, который продал свой „феррари“», я получил массу писем от читателей, которые благодаря приобретенной мудрости изменили свою жизнь к лучшему. То, что рассказали эти люди, тронуло и вдохновило меня. Кроме того, многие их замечания побудили меня точнее сформулировать все, что я узнал об искусстве жить благодаря череде жизненных уроков. Вот почему я решил собрать самое лучшее, что только могу дать читателям, в книгу, которая наверняка преобразит твою жизнь.

Слова, которыми заполнены страницы этой книги, я пропустил через сердце. Я писал ее с искренней надеждой, что ты не просто ознакомишься с мудрыми советами, которые я почтительно предлагаю, но и примешься действовать. И тем самым добьешься долговременного улучшения во всех сферах жизни. Лично меня испытания научили, что мало просто знать, что делать, надо обязательно действовать, опираясь на эти

знания — и только тогда у нас будет такая жизнь, какой мы хотим ее видеть.

Итак, я уповаю на то, что, перелистывая эту книгу — третью в серии «Монах, который продал свой „феррари“», — ты обретешь сокровища мудрости, которые обогатят твою профессиональную, личную и духовную жизнь. Обязательно напиши мне, пошли электронное письмо или запишись на мой семинар и поделись тем, как ты использовал уроки этой книги в своей повседневной жизни. А я изо всех сил постараюсь ответить каждому лично. Желаю тебе глубокого покоя, великого процветания и множества счастливых дней, которые ты проведешь, служа достойной цели.

Робин Шарма

1

Найди свое призвание

Когда я был еще ребенком, отец как-то раз сказал мне одну вещь, которую я никогда не забуду:

— Сынок, когда ты родился, то плакал, а мир ликовал. Проживи жизнь так, чтобы, когда ты будешь умирать, мир плакал, а ты ликовал.

Мы живем в эпоху, когда все забыли, что, собственно, такое жизнь. Мы можем отправить человека на Луну, но никак не соберемся перейти улицу и познакомиться с новыми соседями. Мы можем запустить баллистическую ракету в другую часть земного шара и попасть точно в цель, но почему-то, договорившись пойти с детьми в библиотеку, постоянно переносим назначенное время. У нас есть электронная почта, факсы, мобильные телефоны, чтобы не терять связь друг с другом — но человечество еще никогда не было так разобщено.

Мы утратили человечность.

Утратили цель в жизни.

Мы упустили из виду самое-самое главное.

Итак, сейчас, когда ты приступаешь к чтению, я спрашиваю тебя — не сочти за грубость:

КТО ЗАПЛАЧЕТ НАД ТВОЕЙ МОГИЛОЙ?