

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<br>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<br>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 —<br>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<br>«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<br>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<br>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,<br>выпусти пар . . . . .       | 208 |
| 97. Прислушивайся к внутреннему голосу . . . . .                  | 210 |
| 98. Коллекционируй цитаты, которые тебя<br>вдохновляют. . . . .   | 212 |
| 99. Люби свою работу . . . . .                                    | 214 |
| 100. Служи самоотверженно . . . . .                               | 216 |
| 101. Живи полной жизнью — и ты умрешь<br>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?**