

Оглавление

Обращение к читателям	6
1. Манифест для героя нашего времени, то есть для вас	9
2. Быть верным идеалам — значит умножать свои силы	13
3. Последние часы ложного «я»	33
4. Чувствовать себя плохо — нормально	37
5. Парадокс золотодобытчика	40
6. От жертвы к герою	43
7. О том, как у меня забрали дневники	53
8. Советы великих наставников	57
9. Радуйтесь, когда над вами смеются	66
10. Список Орсона Уэллса	68
11. В мире нет ничего идеального	71
12. Продавец каштанов и его «наука жизни»	74
13. Принцип ВППП как средство усиления позитивного настроя	79
14. Выбирайте слова, когда говорите о своих достижениях	84
15. Непреклонность, или Чему я научился у Джоан Роулинг	88
16. Следите за здоровьем как профессиональные спортсмены ...	91
17. Четыре круассана с шоколадом	106
18. Как справиться с неожиданными переменами	111
19. Вы абсолютно самодостаточны	114
20. Декларация эффективного дня	118
21. Бородатый человек в крутой бейсболке	122
22. Пусть вами руководят опытные учителя	126
23. Красный флаг — это именно красный флаг	130
24. Из истории изобразительных искусств (самая короткая глава)	134
25. Теория нарушителей правил	135
26. Будьте смелыми как Свифти	140
27. Травма — лучший учитель	142
28. Мантра, которая делает мир лучше	149
29. Семь угроз на пути к вершинам успеха	152
30. Ждите неблагодарностей	164
31. О том, как я остался один на вершине горы	166

32. Пирамида стратегий для максимальной продуктивности	173
33. «Вливайся в команду надежды»	197
34. Сорок вещей, которые я хотел бы знать в сорок лет	199
35. Обретите веру в себя	203
36. Сорок экземпляров одной книги	206
37. О позоре	210
38. Главный девиз процветания	212
39. Идите навстречу своим страхам	214
40. Четырехзначный счет за десерт	219
41. Не будьте ленивцем	221
42. Тринадцать добродетелей Бенджамина Франклина	223
43. «Павлин, жалующийся Юноне»	229
44. Конфликт ценою в жизнь	231
45. «Убивайте своих любимых»	233
46. Не ищите «третьей награды»	237
47. Исцелите свое сердце — и станете великими	240
48. Чему я научился у Леонардо да Винчи	254
49. Нельзя победить, если даже не пытаешься	260
50. Трудяга, который так и не стал лучше	263
51. Темные стороны вашего гения	267
52. Трехступенчатая формула успеха (и немного о брокколи)	270
53. О чем я думаю, когда думаю о трудностях	276
54. Почему я пишу под музыку кантри	287
55. Пациент, надиктовавший книгу левым глазом	289
56. Секрет человека, для которого нет ничего невозможного	292
57. Большая ложь позитивного мышления	301
58. О том, как я ходил в поход	308
59. Тринадцать качеств миллионеров	312
60. Восемь форм богатства	324
61. Алгоритм сбалансированной жизни	334
62. Несколько фактов для героев каждого дня	345
63. Смерть — отель более высокого класса	348
64. Почему Аристотель спал на полу	352
65. Поступайте как Майлз Дэвис	357
66. «Антихрупкий» артист в блестящем фиолетовом костюме	360
67. «Не позволяйте своему огню гаснуть...»	365
68. Как работают великие мира сего	367
69. Когда малое становится большим	370
70. Будьте спортсменом-творцом	373
71. Как стать человеком-легендой	375

72. Как избежать синдрома космонавта, высадившегося на Луну	382
73. Уроки мужества от человека, потерявшего свое лицо	384
74. Чарльз Дарвин и преимущество адаптации	389
75. Свободные деньги для дальнейшего процветания	392
76. Уберите телефон и поговорите с человеком	400
77. Самый короткий путь к максимальной производительности	402
78. Бизнес — это война в мирное время	403
79. Будьте серьезными, если вы серьезны	405
80. Основатели движений и четыре правила общения с людьми	408
81. О том, как я научился отпускать ситуацию	415
82. Никогда не знаешь, кто перед тобой	419
83. Огромные конкурентные преимущества для суперпрофессионалов	422
84. Последние слова Стива Джобса	430
85. Когда что-то кажется трудным, продолжайте верить в свою силу	432
86. Вы не способны вдохновлять, если сами лишены вдохновения	435
87. Что бы вы сделали, если бы вам осталось жить полгода?	443
88. Погоня за славой и удачей ради надгробной надписи?	447
89. Процесс упадка и как его избежать	450
90. Непопулярность как залог успеха	458
91. Как избавиться от «злых троллей»	460
92. О том, как я встретил Мухаммеда Али	467
93. Не беспокойтесь о своем наследии	472
94. Герой по имени Десмонд Туту	475
95. О чем сожалеют люди на смертном одре	478
96. Век добра долог	485
97. Радуйтесь, когда видите живых людей	488
98. Речитатив для героя, которого невозможно победить, — героя каждого дня	489
99. Окна возможностей и второй шанс	491
100. Не откладывайте мечту на потом	497
101. Философия, возвращающая к человечности	499
Что делать дальше на героическом пути?	501
Идите по пути успеха с бестселлерами Робина Шармы	503
Приложения	505
Об авторе	511

Обращение к читателям

Эта книга о неисчерпаемых источниках духовности, порядочности и героизма, которые живут в каждом бьющемся на нашей планете сердце.

Процесс создания этой книги был для меня одновременно волнующим и пугающим, вдохновляющим и изнуряющим. Во время работы над «Манифестом героя нашего времени» мне пришлось отправиться в места, где мои способности, характер и чувство долга могли приносить пользу людям, где я мог действовать по совести, а не из чувства страха. Поэтому, завершив этот труд, я стал другим человеком — совершенно непохожим на того, кем был, когда к нему приступал.

На страницах книги вы найдете созданную и проверенную мной философию, которая поможет раскрыть и воплотить в жизнь свои лучшие таланты; революционную методологию, с помощью которой сможете создавать шедевры; и неиссякаемый поток озарений, который сделает вашу жизнь поразительно прекрасной, неизбежно радостной и духовно свободной.

В этой книге я рассказал о себе больше, чем в любой из всех других написанных мной. И, хотя вначале я чувствовал себя уязвимым и мне было страшно, когда я открыто писал о своих слабостях, — в конце концов я начал получать удовольствие от этого процесса. Ведь честный взгляд на свои недостатки и промахи помогает стать мудрее. И именно принятие боли, а не борьба с ней позволяет превращать ее в силу.

Я искренне надеюсь на то, что вы, читая эту повесть о пережитом мною, научитесь не только распознавать опасность,

но и избегать ее; будете играючи превращать свои неприятности в победы и распознавать в трудностях тот чудесный и сказочный путь, который жизнь постоянно расстиляет перед нами ради нашего же блага, даже если сначала кажется, что это не так.

Я писал «Манифест героя нашего времени» так, как если бы это была моя последняя книга. Надеюсь и непрестанно молю Бога, что мне посчастливится написать еще и многие другие книги. Но человеческая жизнь очень хрупкая субстанция, и никому из нас не дано знать, что будет завтра. Поэтому я постарался изложить здесь все, что только мог, чтобы превратить эту книгу в руководство, которое поможет вам добиться высокой продуктивности, наилучших результатов в исполнении задуманного и неизменного ощущения счастья в своем бескорыстном служении обществу.

Я искренне и от всего сердца желаю, чтобы это знание пробудило спящие в вас таланты, разожгло внутренний огонь, с помощью которого вы создадите свой *magnum opus*^{*}, и помогло осознать личную магию, чтобы прожить жизнь, которая вам больше всего по душе, при этом делая наш мир краше и лучше.

С любовью и уважением,
Робин Шарма.



P. S. Доступ к упоминаемым в этой книге методикам обучения, схемам реализации, тактическим рабочим планам и видеоматериалам, способствующим личностному росту, вы сможете найти на сайте *TheEverydayHeroManifesto.com*.

* *Magnum opus* (лат. великая работа) — лучшая, наиболее амбициозная работа писателя, художника или композитора. — Прим. ред.

«Тысячи гениев живут и умирают неизвестными — либо неузнанными другими, либо неузнанными собой».

Марк Твен

«Только тот, кто посвящает себя делу со всей своей силой и душой, может быть настоящим мастером. Поэтому мастерство требует, чтобы человек посвятил ему всего себя».

Альберт Эйнштейн

«Люди мне постоянно говорят, что, мол, я не уступила места [белой женщине] только потому, что устала, но это не так. Нет, единственное, от чего я устала, так это уступать»*.

Роза Паркс

«Ломать и разрушать легко. Герои не те, кто разрушает, а те, кто созидает и строит мир».

Нельсон Мандела

* Слова темнокожей девушки, отказавшейся подчиниться правилам и уступить место в автобусе белой женщине. Арест девушки привел к массовому бойкоту общественного транспорта темнокожими и в конечном итоге к отмене унизительного правила в 1956 году. — *Прим. пер.*

1.

Манифест для героя нашего времени, то есть для вас

«Если человек не нашел, за что ему стоит умереть, — сказал однажды Мартин Лютер Кинг, — то ему незачем жить».

Я бы легко умер, сражаясь за идею, что вы — великий человек.

Я бы подставил свою грудь под пулю во имя идеи, что вы рождены вершить великие дела, участвовать в значимых событиях и познавать тайны мастерства, переданные нам просвещенными душами, которые прошли по жизни раньше нас.

Как граждане Земли, вы призваны с помощью силы, данной вам от рождения, творить удивительные вещи, двигать вперед научно-технический и прочий прогресс и улучшать жизни ваших братьев и сестер, вместе с которыми вы живете на этой планете и заботитесь о ней.

Я верю, что все сказанное справедливо. Куда бы ни поместили вас заботливые руки матери-природы, прошлое не должно предопределять ваше будущее. Завтрашний день всегда можно сделать чуть лучше, чем день сегодняшний. Вы — человек, и именно человек способен делать это.

Да, у нас разные рост, вес, пол, религия, национальность, разный цвет кожи и разный образ жизни.

Да, Нельсон Мандела, Гарриет Табмен, Махатма Ганди, Флоренс Найтингейл и Оскар Шиндлер — герои высшего полета. Но и те, кто ведет тихую и спокойную жизнь: кто преподает в школах или работает в ресторанах, пишет стихи или запускает собственные проекты, выпекает хлеб в пекарнях или воспитывает дома детей; кто служит обществу, приходя на помощь людям в беде (спасатели, пожарные, соцработники), — все они тоже могут быть по праву названы героями. Многие из них выполняют тяжелую работу и исполнены решимости делать ее качественно. Эти люди работают с улыбками на лицах. И с благородством в сердцах.

Я испытываю робость и смирение, когда жизнь сводит меня с такими людьми. Воистину это так. Я учусь у них, они меня возвышают, вдохновляют и так или иначе — меняют. Все они скромные труженики, герои будней — герои каждого дня и всего нашего времени. «Обычные» люди, ведущие себя в повседневной жизни добродетельно и благородно.

И поэтому я с искренним уважением отношусь к скрытым внутри вас возможностям, которые вы стремитесь выразить, пускаясь вместе со мной в это путешествие. Пусть эти слова послужат вам напутствием и ободрением:

«Начиная с сегодняшнего дня пусть вас не покидают мысли о возвышенной душе, храбром воине и непобедимом творце, быть которыми вас призывает ваша природная мудрость.»

Все пережитые испытания незаметно готовили вас к тому, чтобы вы стали тем, кем являетесь сейчас, — человеком, осознающим свои силы и ценящим

те дары жизни (здоровье, семья, работа и полное надежд сердце), которые позволяют прожить ее интересно и красиво. Эти кажущиеся трудности были лишь ступенями для нынешних и будущих побед.

Прежние ограничения, которые всячески сковывали вас, и „неудачи“, которые больно ранили, были необходимы, потому что без них вы не овладели бы навыками своего мастерства. Все, что ни происходит, случается ради вашей пользы и блага. Вы — любимец судьбы, пользующийся ее благосклонностью.

О да, признаете ли вы это или нет, но вы — лев, а не агнец. Ведущий, а не ведомый. Господин, а не жертва. Человек, заслуживающий исключительных наград, достижений, возвышающих душу приключений, полного удовлетворения и самоуважения. Все это со временем наполнит вас любовью к себе, и это чувство никто и ничто не сможет одолеть.

Вы — могущественная сила природы, динамичный вершитель судеб, а не спящая жертва, застигнутая врасплох в мире деградирующих посредственностей, жалующихся на бесчеловечное обращение, на несоблюдение требований гуманизма и справедливости.

Если решимость ваша будет несгибаемой, а усилия неустанными, вы непременно разовьетесь и станете идеалистом, неординарным творцом, человеком в высшей степени исключительным. Подлинным преобразователем мира, меняющим его самым честным и благородным образом. Посему не будьте циником, критиком и скептиком. Скептики — это разочаровавшиеся мечтатели. А быть человеком посредственным совершенно недостойно вас.

Не только сегодня, но и каждый последующий день вашей величественной, озаренной светом и полезной для очень многих людей жизни яростно отстаивайте свое право на неограниченную свободу, право формировать будущее, воплощать в жизнь свои стремления и вносить в нее достойный вклад — так, чтобы ваши мечты, энтузиазм и преданность делу получали только наивысшую оценку.

Не давайте замутить свою жизнерадостность, шлифуйте мастерство и вдохновляйте достойным примером всех тех, кому, глядя на вас, посчастливилось быть свидетелями величия человека и его безупречного поведения.

Человечество будет следить за вашим развитием, рукоплескать талантам, ценить отвагу и восхищаться вашим бессмертием. Ведь вы обретаете его, когда остаетесь в сердцах людей».

2.

Быть верным идеалам — значит умножать свои силы

Когда никто в вас не верит, вы сами должны поверить в себя.

Верящие в свой талант и прилагающие все силы к тому, чтобы в полной мере раскрыть его, знают, что вера в себя, в свое предназначение и неуклонное следование ему — особенно перед лицом насмешек и неуверенности, нападков и невзгод — это и есть путь в легенду. Путь к бессмертию. Потому что ваш благородный пример останется жить в памяти потомков вечно.

Хотя этот путь к героической жизни, возможно, будет сумбурным, порывистым и беспокойным, зато он будет ярким, вдохновенным, чудесным и, безусловно, великолепным. Если вы всецело посвятите себя тому, чтобы претворить в жизнь свой талант, если будете неустанно стремиться к блестящим результатам и вносить посильный вклад в строительство лучшего будущего, это будет самое лучшее и разумное из всего, что вы предпримете. Клянусь! А когда вы войдете в необъятное и великолепное царство своего творческого, всесильного, исполненного сострадания «я», вы будете заряжать энергией всех окружающих, пробуждая в них таланты и все самое

лучшее и тем самым превращая нашу Землю в планету мира и дружбы.

Если позволите, я расскажу вам немного о себе, о пути своего становления, чтобы дать вам возможность лучше меня узнать. Это будет как нельзя кстати, поскольку нам с вами предстоит провести немало времени вместе, путешествуя по страницам этой книги.

Во мне нет ничего особенного. Я не гуру. И не скроен из какого-то особого материала, которого вы и в глаза не видели.

Да, у меня есть кое-какие таланты (а у кого их нет?), но при этом я обладаю человеческими недостатками (как и все мы, не так ли?), и в силу этого иногда я чувствую себя неуверенным, недостойным, испуганным, а иногда — храбрым, самоуверенным и полным надежд.

Я родился и вырос в небольшом рабочем городке с населением примерно в пять тысяч человек. На берегу океана. В маленьком домишке. В семье эмигрантов с удивительно добрыми сердцами. Но уж точно не в семье богачей, могу вас уверить.

На первом фото я выражаю бурный восторг после просмотра школьной пьесы. А на втором — я во дворе своего дома играю в снегу (в тот год была очень холодная зима). Как видите, никаких «фerrари». Никаких украшений и излишеств. Все просто и прозаично. Все, что нужно для жизни, и не более того.

Директор школы однажды сказал моей матери, что я безнадёжен и вряд ли сумею окончить среднюю школу. Учителя, втайне от меня, предупреждали моих родителей, чтобы те не питали на мой счет особых надежд, так как уровень моего интеллекта, мой умственный потенциал, оставлял



Бурный восторг. Мне четыре года



Играю в снегу перед домом

желать лучшего. Некоторые так вообще предсказывали, что я стану бродягой. Надо мной смеялись почти все. Кроме одного человека.

Ее звали Кора Гринэвей. Моя учительница истории в пятом классе.

Она одна верила в меня. И помогла мне тоже поверить в себя.

Миссис Гринэвей удалось то, что не удалось никому другому: она внушила мне мысль, что *каждый* человек рождается с талантами. Каждый из нас, говорила она, может добиться поразительных результатов в том или ином деле, потому что все мы с рождения наделены особыми силами, замечательными способностями и неоспоримыми достоинствами. Если будешь помнить об этом, сказала она, если будешь работать над собой не покладая сил и останешься верным себе, то твоя жизнь изменится самым чудесным образом и тебя осенит божье благословение.

Эта учительница разглядела во мне все самое лучшее. Она ободряла меня и проявляла по отношению ко мне ту порядочность, без которой очень трудно жить в обществе. Оно слишком часто умаляет способности и заставляет нас разувериться в собственном мастерстве. Согласитесь, иногда, чтобы жизнь сделала кардинальный поворот и пошла в совершенно другом направлении, достаточно одного разговора с каким-нибудь незаурядным человеком.

Спустя много лет через интернет я нашел информацию о Коре Гринэвей. То, что я узнал, глубоко тронуло меня.

Оказывается, в годы Второй мировой войны она была участницей нидерландского сопротивления и часто переправлялась за линию фронта вместе с детьми, которым грозило уничтожение в нацистских лагерях смерти. Верная своим убеждениям, она рисковала жизнью, спасая маленьких детей. И точно так же много лет спустя она спасла меня.

К сожалению, миссис Гринэвей уже нет с нами. Она умерла в тот самый год, когда я узнал о ее героическом

прошлом. Один человек из Амстердама заботился о моей учительнице до самой ее смерти. Он и рассказал мне о ее жизни — и я сердечно поблагодарил его, потому что миссис Гринэвей много значила для меня.

Кора Гринэвей как раз и была тем, кого я называю «героем каждого дня». Спокойная и скромная, сильная духом и стойкая, корректная и влиятельная, мудрая и любящая — она улучшала наше общество, делая одно доброе дело за другим.

Она помогла мне окончить среднюю школу и вырваться за рамки тех весьма скромных надежд и чаяний, которые многие педагоги возлагали на меня. После чего я окончил университет, где первой моей специальностью была



Кора Гринэвей, 101 год