

ОГЛАВЛЕНИЕ

Кто заплачет, когда ты умрешь? Уроки жизни от монаха, который продал свой «феррари»

Вступление	13
1. Найди свое призвание	15
2. Каждый день делай доброе дело для кого-нибудь незнакомоого	17
3. Ищи другую точку зрения	18
4. Будь строг к себе ради своего же блага	20
5. Веди дневник	22
6. Разработай концепцию честности	23
7. Почитай свое прошлое	24
8. Правильно начинай день	26
9. Учись вежливо отказывать	28
10. Устраивай себе еженедельный «день седьмой»	30
11. Говори с самим собой	31
12. Запланируй «тридцатиминутку тревоги»	33
13. Бери пример с ребенка	35
14. Помни, что гений — это 99% вдохновения	37
15. Твое тело — храм, содержи его в порядке	38
16. Учись молчать	40
17. Придумай себе идеальных соседей	42

18. Вставай пораньше	43
19. Считай свои беды благом	46
20. Почаще смейся	47
21. Проведи день без часов	48
22. Чаще рискуй	50
23. Проживи жизнь	52
24. Учись на хороших фильмах	53
25. Благословляй свои деньги	54
26. Сосредоточься на достойном	56
27. Пиши благодарственные записки	58
28. Не выходи из дому без книги	59
29. Заведи «банковский счет» добрых дел	62
30. Не просто смотри человеку в глаза	63
31. Составь список своих проблем	64
32. Привыкай действовать	66
33. Пойми, что твои дети — это дар	67
34. Наслаждайся процессом, а не только результатом	68
35. Помни, что осознание — предвестник перемены	70
36. Прочитай «Вторники с Морри»	71
37. Стань хозяином своего времени	72
38. Сохраняй хладнокровие	74
39. Найми себе совет директоров	75
40. Перестань мыслить по-обезьяньи	77
41. Приучись просить	79
42. Ищи высокий смысл в своей работе	80

43. Собирай и читай героические книги	82
44. Развивай свои таланты	84
45. Налаживай связь с природой	86
46. Рационально используй время в пути	88
47. Объяви войну новостям	89
48. Пойми, что ставить перед собой цель — дело серьезное	91
49. Помни закон двадцати одного	92
50. Приучайся прощать	94
51. Пей свежесжатый сок	95
52. Следи за чистой окружающей среды	96
53. Гуляй по лесу	98
54. Найди себе тренера по достижению успеха	99
55. Устрой себе мини-отпуск	100
56. Работай волонтером	101
57. Найди свои шесть степеней отчуждения	103
58. Каждый день слушай музыку	104
59. Напиши завещание	106
60. Найди себе трех настоящих друзей	107
61. Прочитай книгу Джулии Кэмерон «Путь художника»	109
62. Научись медитировать	110
63. Устрой себе панихиду при жизни	111
64. Перестань ныть и начни жить	113
65. Повышай свою ценность	114
66. Стань хорошим воспитателем для своих детей	115

67. Подвергай сомнению общепринятые стереотипы	117
68. Носи при себе карточку с главными целями	118
69. Перестань быть рабом настроения	119
70. Полюби простые радости	120
71. Перестань искать виноватого	121
72. Считай, что каждый день — это целая жизнь	123
73. Создай «Мозговой центр»	124
74. Создай повседневный кодекс поведения	126
75. Обогащай реальность фантазией	127
76. Стань директором собственной жизни	128
77. Не заносись	130
78. Не старайся дочитать все книги, за которые берешься	132
79. Будь милосерден к себе	133
80. Принеси обет молчания	134
81. Не отвечай на все телефонные звонки подряд	135
82. Помни, что отдых — это не что-нибудь, а восстановление сил	136
83. Выбирай себе достойных противников	137
84. Меньше спи	139
85. Каждый день устраивай семейную трапезу	141
86. Научись делать хорошую мину при плохой игре	142
87. Запишись на курсы ораторов	144
88. Приучай себя мыслить масштабно	145
89. Не беспокойся из-за того, что не в силах изменить . .	147

90. Научись гулять пешком	148
91. Перепиши свою биографию	149
92. Посади дерево	150
93. Найди свою тихую гавань	151
94. Чаще фотографируй и фотографируйся	153
95. Привей себе вкус к приключениям	154
96. Прежде чем возвращаться домой, выпусти пар	155
97. Прислушивайся к внутреннему голосу	156
98. Коллекционируй цитаты, которые тебя вдохновляют	157
99. Люби свою работу	159
100. Служи самоотверженно	160
101. Живи полной жизнью — и ты умрешь счастливым . . .	161
Благодарности	163

Открой свое предназначение

Благодарности	167
Предисловие от Робина Шармы	170
1. Духовный кризис	177
2. Ученик встречается учителя	189
3. Ученик узнает о силе призвания и скрытом смысле судьбы	229
4. Ученик узнает о том, как преступно предавать самого себя, и о том, как освободиться	251

5. Ученик узнает о существовании единственного самого важного выбора в жизни человека	277
6. Ученик попадает в мир чудес и возможностей	291
7. Ученик получает наставления Мастеров	305
8. Ученик начинает меняться и создавать себя заново . . .	328
9. Испытание ученика	344
10. Ученик пробуждается	363
Семь ступеней пробуждения личности	374
Пять правил на каждый день	375
Об авторе	376

Кто заплачет,
когда ты умрешь?

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 обретишь сокровища мудрости, которые обогатят твою профессиональную, личную и духовную жизнь.

Кто заплачет, когда ты умрешь?

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?

Скольким ближним ты помог за то время, пока тебе дарована честь ходить по нашей планете? Как твоя жизнь повлияла на поколения потомков? Какое наследие ты оставишь, испустив последний вздох? Один из уроков, который