

РОБИН ШАРМА

МОНАХ

который продал свой
«ФЕРРАРИ»



КЛУБ

«5 часов утра»

Издательство АСТ
Москва



УДК 821.111(71)-312.1
ББК 84(7Кан)
Ш26

*Права на перевод получены соглашением с издательством
HarperCollins Publishers Ltd (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.*

Robin Sharma
THE MONK WHO SOLD HIS FERRARI
THE 5AM CLUB: OWN YOUR MORNING. ELEVATE YOUR LIFE

Шарма, Робин.

Ш26 Монах, который продал свой «феррари». Притчи об исполнении желаний и поиске своего предназначения и личной эффективности. Клуб «5 часов утра». Два уникальных источника личной эффективности в одном томе / Робин Шарма. — Москва : Издательство АСТ, 2023. — 576 с. : ил. — (Звезда нефикшн. Подарочная).

ISBN: 978-5-17-156351-6

В этом издании — две самые знаменитые работы Робина Шармы: «Монах, который продал свой „феррари“» и «Клуб „5 часов утра“». Миллионы людей по всему миру признали, что именно с этих книг Шармы началась другая, осмысленная жизнь. Следуя рекомендациям автора, и вы сможете повысить свою эффективность, научиться управлять временем, достигать любых целей.

Издание станет прекрасным подарком для всех, кто хочет раскрыть свой потенциал и добиться большего в любой сфере.

УДК 821.111(71)-312.1
ББК 84(7Кан)

Макет подготовлен редакцией
«Прайм»

ISBN 978-0062515674 (англ.)
ISBN 978-1443456623 (англ.)
ISBN: 978-5-17-156351-6

The Monk Who Sold His Ferrari
© 1997 by Robin S. Sharma
© Лоза О., перевод на русский язык, 2013
The 5AM Club: Own Your Morning. Elevate Your Life
© 2018 by Robin Sharma
© Лоза О., перевод на русский язык, 2019
© ООО «Издательство АСТ», 2023

Содержание

Монах, который продал свой «феррари»

*Притча об исполнении желаний
и поиске своего предназначения*

Благодарность от автора	6
Глава первая. Звонок к пробуждению	8
Глава вторая. Загадочный гость	14
Глава третья. Невероятное преображение Джулиана Мэнтла	18
Глава четвертая. Удивительная встреча с монахами Сиваны	29
Глава пятая. Ученик великих мудрецов	32
Глава шестая. Тайна духовного преображения	37
Глава седьмая. Самый волшебный сад на земле	47
<i>Суть проповеди Джулиана в двух словах. Древняя мудрость Сиваны . . .</i>	<i>75</i>
Глава восьмая. Зажги огонь духа!	76
<i>Суть проповеди Джулиана в двух словах. Огонь Духа</i>	<i>93</i>
Глава девятая. Древнее искусство самосовершенствования	94
<i>Суть проповеди Джулиана в двух словах. Зерно совершенства</i>	<i>137</i>
Глава десятая. Сила самоконтроля	138
<i>Суть проповеди Джулиана в двух словах. Важность самоконтроля . . .</i>	<i>149</i>
Глава одиннадцатая. Самый ценный дар судьбы	150
<i>Суть проповеди Джулиана в двух словах.</i>	
<i>Время как величайший дар судьбы</i>	<i>162</i>
Глава двенадцатая. Истинный смысл существования	163
<i>Суть проповеди Джулиана в двух словах. Обретение смысла жизни . . .</i>	<i>168</i>
Глава тринадцатая. Тайна вечного блаженства	169
<i>Суть проповеди Джулиана в двух словах.</i>	
<i>Обретение Нирваны</i>	<i>182</i>

Клуб «5 часов утра»
*Секрет личной эффективности от монаха,
который продал свой «феррари»*

Предисловие Робина Шармы	185
Глава 1. Стоя на краю	188
Глава 2. Как стать Легендой. Философия Величия	190
Глава 3. Неожиданное знакомство	199
Глава 4. Выйти за рамки обычного	207
Глава 5. Добро пожаловать в мир под названием «Утро»	232
Глава 6. Полет к переменам	244
Глава 7. Чудеса начинаются в Раю	258
Глава 8. Тайный клуб «Пяти Утра». Утренний распорядок Вершителей Истории	269
Глава 9. Краеугольный камень величия	285
Глава 10. Четыре секрета Вершителей Истории	304
Глава 11. Ваш внутренний навигатор	366
Глава 12. Несокрушимая сила привычки	377
Глава 13. Тайна формулы «20/20/20»	421
Глава 14. Важность сна	456
Глава 15. Тактика гения	472
Глава 16. Двойной цикл достижений мирового уровня	512
Глава 17. Тайный клуб «Пяти Утра». От Ученика – к Легенде	555
Пять лет спустя. Эпилог	568
Каким будет шаг героя?	570
К читателю	572
Книги Робина Шармы	573
Об авторе	574

МОНАХ, КОТОРЫЙ ПРОДАЛ СВОЙ «ФЕРРАРИ»

**ПРИТЧА ОБ ИСПОЛНЕНИИ ЖЕЛАНИЙ
И ПОИСКЕ СВОЕГО ПРЕДНАЗНАЧЕНИЯ**

Благодарность от автора

Эта книга — плод совместной работы многих дорогих мне людей, чей энтузиазм и вера в меня позволили воплотить мою мечту в реальность.

Я приношу особую благодарность моей семье, а также тысячам читателей моей первой книги «Мегажизнь», которые нашли время для того, чтобы написать мне о том, как она изменила их судьбу.

Я благодарю слушателей моих открытых семинаров в Северной Америке, а также те компании, которые организовывали мои выступления для своих сотрудников.

Я говорю спасибо своему редактору Джону Лаудону. Без его веры в наше совместное дело этот проект не состоялся бы. Я также благодарю Марджери Бьюкенен, Карена Левин и великолепную команду «Харпер Сан-Франциско» за их слаженную и энергичную работу над этим проектом. Я выражаю признательность Брайану Трейси, Марку Виктору Хансену, Кэти Данн и другим своим коллегам.

Я благодарю Сатью Павел, Кришну и Сандипа Шарму за поддержку и одобрение всех моих идей.

И — самое главное — я приношу огромную благодарность моим любимым родителям, Шиву и Шаши Шарма, с любовью заботящимся обо мне с первого дня моей жизни.

Я глубоко признателен своему мудрому брату Сандживу Шарме и его чудесной супруге Сьюзен.

Я благодарю своих детей Колби и Бьянку, а также свою любимую жену Алку. Вы — свет моей жизни.

Я люблю вас.

Робин Шарма

*Моему сыну Колби,
благодаря которому я каждый день
вспоминаю, что мир прекрасен.
Благослови тебя Бог!*

Глава первая

ЗВОНОК К ПРОБУЖДЕНИЮ

Жизнь для меня — не жалкий огарок, а великолепный факел, дарованный лишь на короткое время. И перед тем как отдать его будущим поколениям, я должен возжечь этот факел как можно ярче.

Джордж Бернард Шоу

Он рухнул на пол посреди переполненного зала суда. Он, один из самых знаменитых и влиятельных адвокатов страны. Он, прославившийся как своими итальянскими костюмами по три тысячи долларов, плотно стискивающими его грузное тело, так и бесчисленными блестящими судебными победами.

Меня словно парализовало. Великий Джулиан Мэнтл ныне сам находился в роли потерпевшего и барахтался на полу, как беспомощный младенец. Лоб покрывала испарина, тело сотрясала дрожь. Все дальнейшее происходило словно в замедленной съемке. «Господи, Джулиану плохо!» — закричала его помощница, констатируя то, что все давно поняли. Судья с растерянным видом что-то быстро говорила по телефону, установленному у нее на экстренный случай. Я оставался в ступоре. Только не умирай, старый дурак. Ты еще не отыграл свое. Ты не заслужил такой смерти.

Пристав, застывший поначалу как мумия, вдруг сорвался с места и начал делать искусственное дыхание павшему на поле боя герою правосудия. Его помощница склонилась над ним, закрыв светлыми прядями своих волос его багрово-красное лицо. Она лепетала нежные слова утешения, слова, которых он слышать уже не мог.

Я знал Джулиана уже семнадцать лет. Я познакомился с ним, когда еще учился на юрфаке. Один из его партнеров взял меня стажером на лето. Уже тогда Джулиан блистал как адвокат, был красив, отважен и мечтал о громкой славе. В своей конторе он слыл восходящей звездой с многообещающим будущим. До сих пор не могу забыть, как однажды, заработавшись допоздна, я осторожно заглянул в его по-царски шикарный угловой кабинет. Мой взгляд упал на дубовый стол, на изречение Уинстона Черчилля, стоящее там в рамке. Выбор цитаты многое объяснял в личности Джулиана.

«Я уверен, что сегодня мы — хозяева собственной судьбы, что стоящие перед нами задачи нам по плечу, что у нас есть силы претерпеть все предстоящие испытания. Пока у нас есть вера в наше дело и несокрушимая воля к победе, судьба будет на нашей стороне».

Эти слова Джулиан подтверждал делами. Он обладал железной волей, напористой энергией и жесткой хваткой. Он считал себя обреченным на успех, ради которого был готов работать по восемнадцать часов в сутки. От кого-то я слышал, что его дед был видным сенатором, а отец — весьма уважаемым судьей Федерального суда. Сын влиятельных родителей, Джулиан нес на своих плечах, неизменно облаченных в пиджаки от «Армани», бремя семейных надежд. Но надо признаться, свою судьбу он выбирал сам. И решительно шел собственным путем, обожая устраивать шоу.

Первые полосы газет пестрели заголовками о его эпатажных выходах в зале суда. Богачи и знаменитости неизменно обращались к нему, когда им нужен был высококлассный юрист с превосходной тактикой и воинственными манерами.

Вне судебных стен Джулиан вел себя не менее вызывающе. В нашей конторе ходили легенды о его полных визитах в лучшие рестораны города с обольстительными молоденькими моделями, о сумасшедших вакханалиях в компании крикливых брокеров, которых он называл не иначе как своей «бандой».

Тем летом он выступал адвокатом в деле о громком убийстве. До сих пор остается тайной, почему из всех стажеров в качестве

помощника он выбрал меня. Может быть, потому, что у нас была общая «альма-матер»? (Я закончил тот же, что и Джулиан, факультет Гарвардского университета.) Но я, конечно, не был самым ярким стажером в фирме, да и не мог похвастаться родословной, включающей принцев голубых кровей. Мой отец, в прошлом морской пехотинец, всю жизнь проработал охранником в банке. Мама вне всякой роскоши выросла в Бронксе. Тем не менее из всех претендентов, жаждущих стать его мальчиком на побегушках в этом деле, названном «Процессом века», он выбрал именно меня. Джулиан, правда, обмолвился как-то, что ему понравился мой «голодный взгляд». Мы, естественно, выиграли тогда, и предприниматель, обвиненный в жестоком убийстве своей жены, стал свободным человеком — настолько, насколько ему это позволяла совесть (ну, или то, что от нее осталось).

То лето оказалось богатым на уроки. Я узнал, как на пустом месте можно посеять вполне обоснованное сомнение. Ведь если ты адвокат, то именно за это и получаешь свои деньги. Но еще это были уроки психологии победителя и бесценная возможность наблюдать мастера в игре. Я все впитывал как губка.

Затем Джулиан пригласил меня остаться в его конторе в качестве партнера. Между нами довольно быстро установились дружеские отношения — хотя, скажу честно, работать с ним было совсем не просто. Роль его помощника оказалась довольно нервной: Джулиан нередко срывал на мне раздражение и злость. И это был его фирменный стиль. Он считал себя непогрешимым. Но под внешней железной оболочкой скрывался человек, который заботился и о людях. Как бы он ни был занят, он всегда находил минутку, чтобы поинтересоваться, как там Дженни — женщина, которую я до сих пор называю своей невестой, несмотря на то что мы поженились еще до моего поступления на юрфак. Узнав от другого стажера, что я нахожусь в стесненных обстоятельствах, Джулиан выбил для меня щедрую стипендию.

Да, он умел проводить жесткие атаки в борьбе с соперником, любил прожигать жизнь, но никогда не оставлял своих друзей

в беде. Его настоящая проблема заключалась в том, что Джулиан был буквально одержим работой.

Несколько первых лет, безвылазно сидя в конторе, он еще оправдывался тем, что делает это «на благо фирмы» и следующей зимой непременно возьмет месяц отдыха и махнет на Каймановы острова. Однако время шло, слава Джулиана как блестящего адвоката умножалась; но росла и профессиональная нагрузка. Его приглашали вести все более серьезные и запутанные дела, и Джулиан, никогда не отступавший, неизменно принимал эти вызовы. В редкие минуты отдыха он признавался, что в течение многих лет спит не более двух часов в сутки. Спать дольше ему не позволяет совесть, ведь на столе стопки судебных документов. Вскоре я понял, что он полностью захвачен жадой большего — большего престижа, большей известности и больших денег.

В результате Джулиан не просто достиг успеха. Он добился всего, о чем большинство людей не могут даже мечтать. Он стал настоящей звездой в своей области с семизначным годовым доходом, он владел великолепным особняком в районе, где жили знаменитости; в его распоряжении всегда был личный самолет, резиденция на тропическом острове; и — главная гордость — сияющий красный «феррари», припаркованный посреди дорожки, ведущей к особняку.

Однако я знал, что все далеко не так лучезарно, как могло бы показаться со стороны. На его лице появлялась печать обреченности. Я замечал это не потому, что обладал сверхпроницательностью по сравнению с остальными работниками конторы. Просто я чаще находился рядом. Мы были неразлучны, потому что всегда работали. Игра никогда не кончалась. Не успевало закончиться одно дело, как на горизонте появлялось другое. Джулиан не видел предела совершенству. Что будет, если судья, не дай Бог, задаст тот или иной вопрос? Достаточно ли мы раскопали, чтобы ответить на него? Что случится, если посреди слушаний его застигнут врасплох, как оленя, попавшего в лучи автомобильных фар? Поэтому мы работали на пределе возможностей, и меня так же, как и его,

затягивало в черную дыру работы. Мы сами сделали себя рабами времени, навечно поселившись на шестьдесят четвертом этаже небоскреба из стекла и бетона. В то время как все здравомыслящие люди наслаждались семейным уютом, мы, ослепленные призраком успеха, думали, что поймали за хвост птицу счастья.

Чем больше времени я проводил с Джулианом, тем отчетливее осознавал, что он все глубже и глубже загоняет себя в могилу, словно повинуется какому-то неумолимому року. Ничто не могло удовлетворить его до конца. Поэтому его брак потерпел крушение, он разорвал отношения с отцом; и хотя его материальному богатству мог бы позавидовать любой, ему все еще чего-то недоставало. Он был истощен эмоционально, физически и — духовно.

В свои пятьдесят три года Джулиан выглядел так, словно ему под восемьдесят. Его лицо бороздили глубокие морщины — такую цену платил он за свое знаменитое правило «пленных не брать!», многолетний стресс и беспорядочный образ жизни. Обильные ужины за полночь в дорогих французских ресторанах, толстые кубинские сигары, привычка глушить коньяк рюмку за рюмкой — все это привело к тому, что он безбожно растолстел. Он все чаще жаловался на недомогания, говорил, что ему надоело быть больным и уставшим. Он утратил чувство юмора, и казалось, больше ничто не заставит его рассмеяться.

Его жизнерадостность сменилась замогильной мрачностью. Полагаю, он утратил какой-то главный ориентир. Но самое грустное — он утрачивал свою знаменитую хватку. Если раньше он приводил в восторг всех присутствующих своим аргументированным и ярким красноречием, то теперь он порой по несколько часов мог бубнить что-то бессвязное о случаях, которые не имели никакого отношения к конкретному разбирательству. Его изящные реплики на возражения противоположной стороны уступили место едкому сарказму, раздражавшему даже тех судей, которые раньше считали его гением защиты. Короче говоря, звезда Джулиана клонилась к закату.

И причина заключалась не только в лихорадочном темпе жизни, преждевременно загонявшим его в могилу. Причина лежала

гораздо глубже. Это был духовный надлом. Почти каждый день он сетовал на то, что в нем больше нет страсти, внутри и вокруг — одна пустота.

Джулиан рассказывал, что в молодости он по-настоящему любил юриспруденцию, и выбрал ее не только потому, что положение его семьи позволило ему взять быстрый старт.

Его завораживали тонкости права, предлагавшие ему сложные интеллектуальные задачи. Они наполняли его энергией. Особенно же его вдохновляло то, что с помощью Закона можно изменить мир. Это-то и отличало его от остальных представителей золотой молодежи Коннектикута. Он был уверен, что его дар — это оружие, с помощью которого он сражается на стороне добра. В этом и заключался смысл его жизни. Это освещало его путь и дарило надежду.

Причиной его фиаско стала не только утрата интереса к некогда вдохновлявшему его делу. Еще до того как он взял меня на работу, он пережил большую трагедию. Как намекнул мне один из его компаньонов, то была воистину непоправимая катастрофа — и это все, что мне удалось выведать.

Даже известный своей болтливостью старик Хардинг, человек, который провел больше времени в баре отеля «Ритц-Карлтон», чем в своем ошеломляюще огромном кабинете, сказал, что это тайна и он, как и другие, был приведен к присяге молчания. Я не знал, в чем заключалась эта глубокая и страшная тайна, но всегда подозревал, что падение Джулиана началось именно с нее. И это было не праздное любопытство — мне хотелось помочь ему. Ведь он был не только боссом и наставником — он был моим лучшим другом.

А потом случился этот обширный инфаркт, который вернул божественного Джулиана Мэнтла на грешную землю и напомнил ему о том, что он всего лишь простой смертный. Утром в понедельник, прямо посреди переполненного зала заседаний № 7 — того самого зала, где мы когда-то выиграли «Процесс века».

Глава вторая

ЗАГАДОЧНЫЙ ГОСТЬ

На экстренное собрание пригласили всех сотрудников конторы. По напряженной атмосфере я сразу же понял, что у нас большие проблемы. Первым выступал старина Хардинг:

— Боюсь, что мои новости вас не обрадуют. Вчера Джулиана Мэнтла прямо в зале суда, в самый разгар его выступления по делу «Эйр Атлантик», настиг сердечный приступ. Сейчас он в палате интенсивной терапии, врачи говорят, что состояние его стабильно и скоро он пойдет на поправку. Но Джулиан принял решение, о котором вы имеете право знать. Он покидает нашу общую семью и прекращает адвокатскую практику. Больше он к нам не вернется.

Это повергло меня в шок. Я, конечно, знал, что Джулиан по горло в неприятностях, но и предположить не мог, что он способен выйти из игры. Мне казалось, что после всех испытаний, через которые нам вместе пришлось пройти, он мог бы и лично сказать мне о своем решении. Но он даже не выразил желанья увидеться со мной в больнице. Всякий раз, когда я приходил к нему, медсестры говорили, что он спит и его нельзя тревожить. Более того: он перестал отвечать на мои телефонные звонки. Может быть, оттого, что я был живым напоминанием о той жизни, которую он мечтал поскорей забыть? Кто знает... Одно скажу: мне было по-настоящему тяжело.

Все это случилось немногим более трех лет назад. Последнее, что я о нем слышал, так это что Джулиан отправился в Индию с какой-то экспедицией. Одному из своих партнеров он сообщил, что хочет научиться просто жить и отправляется в эту таинственную страну для того, чтобы найти ответы на некоторые интересующие его

вопросы. Свой шикарный особняк он продал, так же как личный самолет и резиденцию на тропическом острове. Он продал даже свой «феррари»! «С ума сойти, Джулиан Мэнтл — индийский йог, — думал я. — Воистину, пути Закона неисповедимы».

Я тоже изменился за три года. Из молодого юриста-трудоголика я превратился в опытного, с известной долей цинизма, адвоката. В моей семье произошло пополнение. Со временем я тоже задумался о смысле жизни. Полагаю, что к этому меня подтолкнули дети. Они заставили меня кардинальным образом поменять свои взгляды на мир и на то, кем я в этом мире являюсь. Мой отец выразил это лучше всех: «Джон, перед лицом смерти ты вряд ли пожалеешь о том, что слишком мало времени уделял работе». Так что я старался проводить больше времени дома, с семьей. В общем, я жил довольно хорошо, хотя и немного скучно.

Я стал членом «Ротари-клуба», играл по субботам в гольф — для поддержания приятельских отношений с клиентами и партнерами. Но должен сказать вам, что наедине с собой я часто вспоминал о Джулиане и все время спрашивал себя, что стало с ним за эти три года, прошедшие с момента нашей неожиданной разлуки.

Возможно, он все-таки нашел прибежище в Индии, этой диковинной стране, способной стать домом даже для его беспокойной души. Или пересек Непал? А может, ныряет сейчас с аквалангом где-нибудь на Кайманах? Одно было очевидно: занятия юриспруденцией он оставил навсегда. Никто не получил от него даже открытки, после того как он сам себя отправил в добровольную ссылку — подальше от Закона.

Но около двух месяцев назад в мою дверь постучали — и этот стук был вестником первого ответа на некоторые из терзавших меня вопросов. Я только что проводил последнего клиента: кончился еще один утомительный день; как вдруг Женевьева, моя смышленная помощница, просунув голову в дверь небольшого, но элегантного кабинета, сообщила, что ко мне посетитель.

— Джон, один человек хочет видеть тебя. Он говорит, что это не терпит отлагательств и он не уйдет, пока не поговорит с тобой.
