

Шарма: Уроки мудрости

Робин Шарма

**БОГАТСТВО,
КОТОРОЕ
НЕ КУПИШЬ
ЗА
ДЕНЬГИ**

8 секретных привычек
для богатой жизни



Издательство
АСТ
Москва

УДК 821.111(71)-312.1
ББК 84(7Кан)
Ш-26

*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 WEALTH MONEY CAN'T BUY:
THE 8 HIDDEN HABITS TO LIVE YOUR RICHEST LIFE**

Шарма, Робин.

Ш-26 Богатство, которое не купишь за деньги. 8 секретных привычек для богатой жизни / Робин Шарма. — Москва : Издательство АСТ, 2025. — 416 с. — (Шарма: Уроки мудрости).

ISBN 978-5-17-168374-0

Настоящее богатство — это гораздо больше, чем деньги на банковском счете, шикарный отпуск на экзотических островах и личный парк роскошных авто. Современное общество «продает» нам версию успеха, которая делает людей опустошёнными, разочарованными. Даже богатые люди постоянно чувствуют страх все потерять или не успеть, выгорание в погоне за деньгами, страдание от несбывшихся ожиданий. К счастью, существует другой путь!

Новаторская книга Робина Шармы по-новому раскрывает понятие богатства. Вы сможете жить богато и при этом оставаться собой. Откройте эту книгу, доверьтесь наставнику, и вы узнаете, какие восемь привычек присущи по-настоящему богатым людям, как создавать «идеальные моменты» для достижения целей, как наше счастье и процветание зависят от окружающих, и самое главное — как наши проблемы и недостатки можно превратить в источник для процветания и зарабатывания денег.

«Богатство, которое не купишь за деньги» предлагает новую философию и методологию, которые изменят вас, чтобы вы могли наслаждаться честной богатой жизнью, наполненной личной силой, необычной подлинностью, исключительно удовлетворяющей работой, и заставят почувствовать, что настоящая удача наконец-то улыбнулась вам.

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

Макет подготовлен редакцией «Прайм».

ISBN 978-1846048296 (англ.)
ISBN 978-5-17-168374-0

© Robin S. Sharma, 2024
© Хохуля А., перевод на русский язык, 2024
© ООО «Издательство АСТ», 2025

Оглавление

Послание Робина Шармы.....	11
Вступление.....	15
Первая форма богатства. Рост.....	21
Рост. Краткий обзор.....	22
1. Станьте своим фанатом.....	24
2. Внутренние изменения порождают внешние.....	27
3. Не коллекционируйте обиды.....	30
4. Неряшливым быть можно.....	32
5. Принцип пяти.....	34
6. Начните, чтобы начать.....	37
7. Страхи — сказки о привидениях.....	40
8. Два ужасных слова.....	42
9. Будьте сами себе взрослым.....	44
10. Маленькие шажки — большие подвижки.....	46
11. Гордитесь своими ранами.....	48
12. Человек читающий побеждает.....	50
13. Глубокий рост — странное состояние.....	53
14. Ожидайте от людей лучшего, и велика вероятность, что они не разочаруют.....	55
15. Почаще ешьте в одиночестве.....	59
16. Дневник — удел мудрецов.....	61
17. Обидчики на вашей стороне.....	64
18. Водитесь с клоунами — будьте готовы к цирку: с кем поведешься, от того и наберешься.....	66
19. Забота о себе не должна вредить самооценке.....	68
20. Всегда говорите «да».....	70
Вторая форма богатства. Здоровье.....	73
Здоровье. Краткий обзор.....	74
21. Принимайте лесные ванны.....	75
22. Гены и судьба не одно и то же.....	77

23. Самая короткая глава о здоровье	79
24. Еда — лекарство	80
25. Защищайте рассудок	82
26. Медитируйте в микродозах	85
27. Загорайте	87
28. Тренировка еще никому не повредила	88
29. Тридцать дней без сахара	90
30. Устройте дофаминовый детокс	92
31. Спите как профессионал	94
32. Спортзал — модель жизни	97
33. Станьте знатоком долгожительства	100
34. Голодайте раз в неделю	102
35. Смейтесь больше — живите дольше	104
36. Дышите как самурай	107
37. Распевайте как монах	109
38. Одиночество как путь к оздоровлению	111
39. Вознесите благодарность до небес	113
40. Обливайтесь холодной водой и ходите к врачам реже	117
41. Укрепляйте дух	119
Третья форма богатства. Семья	121
Семья. Краткий обзор	122
42. Как моя мама байкеров приручила	123
43. Обзаведитесь счетом в банке любви	125
44. Мир глазами любимого человека	127
45. Наслаждайтесь маленькими сюрпризами семейной жизни	128
46. Не держите обиды	129
47. Иногда любовь требует жесткости	131
48. Выберите правильного партнера и будьте счастливы	133
49. Правило трех лучших друзей	135
50. Запечатлейте каждый шаг пути	136
51. Десять тысяч ужинов	138
52. Знайте: противоположности не притягиваются	140
53. Маленькие дети — огромный дар	143
54. Некоторым ранам не суждено затянуться	145
55. Не быть тряпкой	147
56. Привязанность — это не любовь	148
57. Обнимайтесь чаще	149
58. Станьте двигателем людей	150

59. Будьте творцом идеальных моментов	151
60. Дарите, не ожидая ничего взамен.	154
61. Чужие проступки — не ваша забота.	156
62. Научитесь слушать лучше, чем говорить	157
63. Весь мир — одна большая семья.	160
Четвертая форма богатства. Мастерство	161
Мастерство. Краткий обзор.	162
64. Монахиня в деревенской церкви	164
65. Железная логика не позволяет вам увидеть магию	166
66. Мы — творцы удачи	168
67. Заведите список «Перестать делать»	171
68. Не думайте, будто никто не заметит	173
69. Пригласите на работу охранника	175
70. Воспользуйтесь алгоритмом виртуозов.	176
71. Обучение — ваша суперспособность	179
72. Читайте больше	182
73. Закон «Мастер-новичок»	185
74. Воплотите в жизнь свой проект X	188
75. Тяжелая работа — великая работа.	190
76. Первые наброски всегда неудачны.	192
77. Перестаньте копировать своих героев.	194
78. Будьте дружелюбны	196
79. «Ежедневная пятёрка»	199
80. Думайте как художник.	201
81. Найдите свой «Золотой глаз»	203
82. Делайте что должно и немного еще.	205
83. Станьте образцом терпеливости.	207
84. Тренируйте хватку бультерьера.	209
85. Наслаждайтесь потраченным временем	211
86. Правило шестидесяти секунд против прокрастинации ..	214
87. Пока работаете, продолжайте совершенствоваться	216
88. Трудитесь ради магии, а не ради денег	218
89. Провал в ресторане с тремя звездами Мишлен	220
90. Жизнь важнее работы.	223
Пятая форма богатства. Деньги	225
Деньги. Краткий обзор	226
91. Не угодите в денежную ловушку, как это случилось с Говардом Хьюзом.	228

92. Проработайте травмы, связанные с деньгами.....	231
93. Здоровье тоже приносит деньги.....	236
94. Самая сильная черта богатых.....	238
95. Мультимиллиардер в пустом особняке.....	241
96. Благодарность приумножает деньги.....	245
97. Радуйтесь за другого, как за себя.....	247
98. Привычки сильнее IQ.....	249
99. Используйте правильные слова.....	251
100. Следуйте правилу Трейси Эмин.....	253
101. Живите экономно.....	255
102. Набор привычек супербогатых людей.....	258
103. Научитесь удваивать.....	262
104. Замените просмотр видео занятиями, способствующими вашему обогащению.....	264
105. Зачем делать то, что не радует?.....	266
106. Воспользуйтесь услугами совета мертвых директоров... ..	268
107. Высиживайте ценные идеи.....	270
108. Благословляйте деньги каждый день.....	271
109. Быть хорошим полезно для бизнеса.....	273
110. Будьте скромным лидером.....	276
111. Самые прибыльные инвестиции — инвестиции в себя ..	279
112. Вопрос на миллиард.....	282
113. Цените своих недоброжелателей.....	284
114. Кто жаден, тот несчастен.....	286
115. Делайте ставку на отношения, а не на транзакции.....	287
116. Десятка лучших книг для вашего процветания.....	289
117. Чтобы заработать миллион долларов, помогите миллиону людей.....	290
Шестая форма богатства. Окружение.....	293
Окружение. Краткий обзор.....	294
118. Выбирайте лучший район.....	296
119. Проживите жизнь своего героя.....	297
120. Выполняйте обещания.....	298
121. Найдите единомышленников.....	300
122. Неотправленные письма Стивена Кинга.....	301
123. Карма — не мистика, а практика.....	303
124. Цените близких, пока они с вами.....	305
125. Зачем наживать врага, если можно обрести друга?.....	307
126. Станьте мастером подарков.....	309

127. Прокачайте свою харизму.....	312
128. Встречайтесь с людьми лично	315
129. Никогда не знаешь, кем станет другой.....	316
130. Желайте людям хорошего дня	318
131. Общайтесь со странными	319
132. Выкопайте колодец до того, как почувствуете жажду ...	320
133. Не будьте слугой телефона	321
134. Позвольте окружающим почувствовать себя особенными рядом с вами.....	322
Седьмая форма богатства. Приключение	325
Приключение. Краткий обзор	326
135. Найдите источник вдохновения	328
136. Смотрите больше документальных фильмов	330
137. Возьмите цифровой выходной	331
138. Расстаньтесь с энергетическими вампирами	333
139. Создайте сад.....	334
140. Станьте поэтом	336
141. Замедляйтесь	339
142. Пропадите на год	340
143. Исследуйте неизведанное	342
144. Создавайте воспоминания	344
145. Бросайте вызов страхам.....	345
146. Быть пиратом здорово!	346
147. Следуйте своим увлечениям.....	348
148. Меньше мастерства, больше волшебства	350
149. Не солите, не попробовав	353
150. Счастье приходит изнутри	355
151. Избавьтесь от лишнего.....	357
152. Мой список десяти книг о потрясающей жизни	358
153. Напишите сценарий жизни антигероя	359
154. Не становитесь жертвой возраста	361
155. Найдите свой Wolfgang	362
Восьмая форма богатства. Служение	365
Служение. Краткий обзор	366
156. Найдите дело больше и важнее себя.....	368
157. Живите, помня о последнем дне.....	370
158. Предсмертные желания великого царя	372

159. Будьте лидером без титула	373
160. Доверьтесь жизни, и все будет отлично	375
161. Сердце мудрее разума	376
162. Не допускайте, чтобы чужое недовольство испортило ваш день	378
163. Молитва об умиротворении	380
164. Уединение — удел избранных	382
165. Живите под девизом «Доброта всегда»	383
166. Доброе дело — всегда хорошо	384
167. Закономерность забвения	387
168. Достаточно трех аршин	388
169. Начните революцию любви	391
170. Высокие моральные ценности — наш путь	393
171. Насладитесь последним ужином уже сегодня	396
172. Сделайте три добрых дела	398
173. Ваше влияние больше, чем кажется	400
174. Проведите похороны при жизни	402
175. Живите наполненным, умрите опустошенным	404
Обретите единомышленников	406
Прочитайте бестселлеры Робина Шармы и достигните новых вершин	407
Об авторе	409

Неимоверно мощная книга. Она полностью изменит вашу жизнь.

*Джезу, яркий представитель шоу-бизнеса
и легендарный рэпер*

Незаменимая, чрезвычайно сильная книга для тех, кто хочет расти, процветать и покорять новые высоты.

*Джон К. Максвелл, писатель № 1
по версии New York Times, автор книги
«15 бесценных законов роста»*

Работы Робина Шармы во многом мне помогли. Перед вами его шедевр. Эту книгу необходимо прочитать каждому, кто желает действительно богатой жизни.

Джей Бальвин, колумбийский певец

Робин Шарма стал одним из моих главных учителей. Он один из самых авторитетных людей современности.

*Дипак Чопра, первооткрыватель
в области человеческого потенциала и автор
книги «Изобилие» — бестселлера
по версии New York Times*

Книги Робина Шармы помогают людям по всему миру жить счастливо.

Пауло Коэльо, автор книги «Алхимик»

Деньги не нужны для удовлетворения потребностей души.

Генри Дэвид Торо, философ

Делают ли вещи человека богатым? У меня нет такого богатства. Мое главное сокровище — жизнь.

Боб Марли, легендарный музыкант в стиле регги

Самое главное в жизни не имеет никакого отношения к материальным вещам. У меня уже есть все, что нужно: ветер, дождь, солнце, снег. Что с того, что у меня нет большого дома и большой машины? Знаю многих, у кого все это есть, но они до сих пор не счастливы.

Даг Абай, отшельник, живущий в горах

Послание Робина Шармы

Эти строки я пишу в своем загородном доме. За моим окном оливковая роща, виноградники и окутанные густым туманом далекие горы, которые словно подпирают небеса. Вот бы вы, мои читатели, оказались здесь, со мной, чтобы я лично рассказал вам все о том, как начать жить богатой и счастливой жизнью. Как знать, возможно, когда-нибудь мы и правда встретимся.

Эта книга призвана помочь вам сделать вашу жизнь такой, какой вы всегда ее представляли. Искренне надеюсь, что я заслужу ваше доверие, стану для вас верным другом и наставником.

Как здорово, что вы хотите изменить свой путь — стать по-настоящему успешным и богатым человеком. Спасибо, что присоединились ко мне. Надеюсь, эта книга, в которую я вложил столько сил, поможет вам наполнить ваши дни красотой, счастьем и умиротворением.

Мое видение того, что делает человеческую жизнь великой и уникальной, в корне отличается от идей, описанных в других книгах по саморазвитию. Прошу, откройте свое сердце и наблюдайте за тем, как ваша жизнь меняется день за днем. Ваша трансформация станет лучшим доказательством действенности моих советов.

Что же, начнем.

Хочу поделиться с вами притчей о мальчике, который каждый вечер наблюдал, как солнце садится за крышу стоящего на далеком холме чудесного дома с окнами из чистейшего

золота. Мальчик был полностью захвачен идеей однажды добраться до того холма и поселиться в волшебном доме. Он был убежден, что тогда, наконец, обретет долгожданное счастье.

И вот однажды, когда наш герой немного подрос, он отправился в путь. Он шел много длинных дней и ночей, и от смерти его спасала лишь доброта случайных прохожих — они подбадривали его, когда мальчик делился с ними своей мечтой о чудесном доме с золотыми окнами. В конце концов, усталый и измученный юный мечтатель добрался до заветного места.

Разумеется, перед ним был не тот дворец, что манил его издали. Вместо чудного дома мальчик обнаружил полуразрушенный сарай. Окна были совсем не золотыми, а стекла в них потрескались и заплыли. Оказалось, что из-за расположения амбара на высоком холме создалась оптическая иллюзия: лучи заходящего солнца отражались от осколков, и те блестели, будто чистейшее золото. Объект давних мечтаний оказался иллюзией.

О, в каком мире мы живем! Нас приучают, что успех зависит от количества денег и вещей, которыми мы обладаем, от того, какой славы и влияния мы добились. Поэтому многие из нас глубоко недовольны собственной жизнью — жалеют себя и злятся на то, что чудесные мечты тихо тают, уступая место взрослым тревогам и обязанностям.

Деньги важны, не спору. С их помощью мы можем позволить себе выбирать собственный путь и делать добрые дела для дорогих нам людей. Материальный достаток открывает перед нами окна возможностей и распаивает двери выбора. Тем не менее деньги — лишь одна из форм богатства; кроме них существуют еще семь. Овладев ими в полной мере, вы воплотите в жизнь свои самые сокровенные мечты. Каждый

ваш день наполнится счастьем, радостью и богатством — во всех его смыслах. Я не только поделюсь с вами знаниями, но и расскажу, как вы можете применить их в собственной жизни. Этот путь мы с вами пройдем вместе.

Порой мы настолько сосредоточены на том, чем обладают другие, что полностью забываем о дарах, которыми судьба наделила нас самих. Говоря так, я имею в виду не только материальное, но и другие неотъемлемые составляющие жизни. Их так легко позабыть сегодня, когда все невероятно сложно и запутанно. Эти составляющие, долгое время кажущиеся нам абсолютно неважными, выходят на первый план в последний час нашей жизни, и только тогда мы понимаем, что все это время именно они были самыми главными.

Одна из задач моей книги — избавить людей от страданий, вызванных мыслями о том, чего им недостает в жизни. Они сокрушаются, что у них недостаточно денег, лайков, подписчиков в социальных сетях, что у них не такое высокое положение в обществе, как они бы хотели. Эти разрушительные мысли приводят к состоянию, которое я называю «страданием из-за недостойности». Слишком многие представители рода человеческого страдают от глубоко укоренившегося убеждения, что их жизнь неважна, что она бесполезна и ничтожна по сравнению с жизнью людей, которых они считают совершенными образцами для подражания — почти небожителями.

Вот что я вам скажу: вы достойны жить полной жизнью — в этом нет и не может быть никаких сомнений. Вы обладаете уникальными талантами, вы способны привнести в мир новые, невиданные доселе краски, добро и радость. Но проблема заключается в том, что внутри многих из нас зияет дыра. И мы, не щадя себя, вновь и вновь бросаемся на поиски материальных благ, чтобы заполнить эту пустоту.

Мы убеждаем себя, что если наши банковские счета и карманы будут полны денег, если мы купим крутую машину, будем носить самые модные вещи, соберем множество подписчиков в интернете, то однажды чудесным образом проснемся наполненными и бесконечно счастливыми.

Но вместе с тем мы с вами понимаем: этот день не наступит никогда, потому что никакими атрибутами внешнего мира не заполнить внутреннюю пустоту. Это подтверждает и истина дзен-буддистов: «От себя не убежишь».

Каково же решение? Все просто. Нам с вами необходимо понять, что бесконечная гонка за внешним, в которую втянуло нас современное общество, не приведет к настоящему успеху. Нельзя назвать победителем усталого, несчастного, опустошенного и одинокого богача — он скорее проигравший. Никто из нас не хочет оказаться на месте мальчика из притчи, узнавшего, что долгое время он гнался за иллюзией.

«Успех зарождается в уединении души», — писал известный продюсер Рик Рубин. Всемирная слава и материальные блага делают счастливым лишь того, чье сердце уже наполнено радостью. Надеюсь, в вашей жизни будет и первое, и второе.

Книга, которую вы держите в руках, — мой скромный дар. Она поможет вам познать и настоящие победы, и воодушевляющую радость, и магию — да-да, именно магию, ведь именно она делает жизнь особенной. В эту работу я вложил всего себя. Искренне надеюсь, что она поможет вам обрести крылья.

С любовью и уважением,



Вступление

Вечер. Мы с Эл сидим на диване в гостиной нашего загородного домика в Италии, куда переехали несколько лет назад. В какой-то момент мне захотелось перемен, поэтому я раздал практически все, что имел, самое ценное рассовал по трем чемоданам, продал свой дом и покинул страну, в которой прожил пятьдесят пять лет. Мы стояли у багажного транспортера в аэропорту Рима и думали: «Вот и начало новой, увлекательной главы!» Постояли еще, потом еще... Да, разумеется, багаж потерялся. Какое изощренное чувство юмора у Вселенной, правда?

Простите, отвлекся. Вернемся в настоящий момент. На моих коленях мирно посапывает Холли. Вообще-то это собачка Эл, но, поскольку она от меня практически не отходит, теперь это скорее моя собачка. Я называю Холли Суперхвостиком, ведь это имя как нельзя лучше отражает суть наших отношений: она не отстает от меня ни на шаг и всегда следует за мной, что бы я ни задумал.

За старинными оконными рамами нашего дома догорает день, и от закатного солнца по небу расходятся языки красного и огненно-оранжевого пламени. Вот она, магия в самом простом виде. Италия — воистину страна чудес. Один мой знакомый как-то сказал: «В Италии плачешь дважды: первый раз, когда приезжаешь, — восторгаясь этой гармоничной и неторопливой жизнью; второй — когда уезжаешь». Да, это и правда особенный уголок планеты.