



وقتی مرگ فرا می رسد چه

کسی گریه می کند

www.ketab.ir

رابین شارما

مهرداد یوسفی

سرشناسه

عنوان و نام پدیدآور

مشخصات نشر

مشخصات ظاهری

شابک

وضعیت فهرست نویسی

یادداشت

موضوع

شناسه افزوده

رده بندی کنگره

رده بندی دیویی

شماره کتابشناسی ملی

اطلاعات رکورد کتابشناسی

شارما، رابین، ۱۹۶۰ - م. Sharma, Robin

وقتی مرگ فرا می‌رسد چه کسی گریه می‌کند/ رابین شارما؛ مهرداد یوسفی.

تهران: نیک فرجام، ۱۴۰۰.

۱۹۴ ص.

978-622-258-197-8

فیبا

عنوان اصلی: Who will cry when you die? : life lessons from the monk who

sold his Ferrari ,c 2002

راه و رسم زندگی Conduct of life

یوسفی، مهرداد، ۱۳۶۵ - م چرته .

BF۶۳۷

۱۵۸/۱

۸۵۴۸۶۳۱

فیبا



انتشارات نیک فرجام

www.ketab.ir

♦ وقتی مرگ شما فرا می‌رسد چه کسی گریه می‌کند

♦ نوشته‌ی رابین شارما

♦ ترجمه‌ی مهرداد یوسفی

♦ ناشر نیک فرجام

♦ نوبت چاپ اول ۱۴۰۱

♦ تیراژ ۱۰۰۰ نسخه

♦ حروف نگاری آبان گرافیک

♦ شابک ۸ - ۱۹۷ - ۲۵۸ - ۶۲۲ - ۹۷۸

♦ قیمت ۱۱۲۰۰۰ تومان

مرکز بخش: میدان انقلاب، خیابان

دانشگاه، کوچه رستمی، پلاک ۶

تلفن: ۶۶۴۹۵۸۸۷

۶۶۹۷۲۸۱۷

۶۶۹۵۲۳۱۵

فهرست مطالب

۷	پیش‌گفتار
۹	۱. رسالت خود را پیدا کن
۱۱	۲. هر روز با یک غریبه مهربان باش
۱۳	۳. ثبات قدم داشته باش
۱۵	۴. عشق سخت را تمرین کن
۱۷	۵. خاطرات را بنویس
۱۹	۶. روح صداقت را در خود بساز
۲۱	۷. به گذشته‌ها احترام بگذار
۲۳	۸. روزت را خوب شروع کن
۲۵	۹. نه گفتن محترمانه را بیاموز
۲۷	۱۰. یک روز در هفته را تعطیل کن
۲۹	۱۱. با خودت صحبت کن
۳۱	۱۲. جلسات نگرانی را برنامه‌ریزی کن
۳۳	۱۳. از یک کودک الگو بگیر
۳۵	۱۴. به یادداشته باش ۹۹ درصد نبوغ الهام است
۳۷	۱۵. مراقب معبد باش
۳۹	۱۶. ساکت بودن را بیاموز
۴۱	۱۷. به دنبال هم‌نشین خوب باش
۴۳	۱۸. سحرخیز باش تا کامرا شوی
۴۶	۱۹. مشکلات را نعمت بدان
۴۸	۲۰. بیشتر بخند
۵۰	۲۱. یک روز را بدون ساعت مچی‌ات بگذران
۵۲	۲۲. بیشتر ریسک کن
۵۴	۲۳. زندگی کن
۵۵	۲۴. از یک فیلم خوب درس بگیر
۵۷	۲۵. پولت را متبرک کن

۲۶. بر چیزهای ارزشمند تمرکز کن ۵۹
۲۷. نامه‌های تشکرآمیز بنویس ۶۱
۲۸. همیشه یک کتاب همراه داشته باش ۶۳
۲۹. ایجاد حساب عاشقانه باز کن ۶۵
۳۰. دیگران را درک کن ۶۷
۳۱. مشکلات را لیست کن ۶۹
۳۲. اقدام و عمل را تمرین کن ۷۱
۳۳. فرزندت را یک هدیه ببین ۷۳
۳۴. از راه لذت ببر، نه فقط از مقصد ۷۵
۳۵. به یاد داشته باش که آگاهی مقدم بر تغییر است ۷۶
۳۶. سه‌شنبه‌ها با موری را بخوان ۷۸
۳۷. زمانت را مدیریت کن ۸۰
۳۸. آرام باش ۸۲
۳۹. یک هیئت‌مدیره استخدام کن ۸۴
۴۰. ذهن میمون‌ات را درمان کن ۸۶
۴۱. مهارت خواستن را کسب کن ۸۸
۴۲. هدف متعالی پیشه‌ات را دریاب ۹۰
۴۳. کتابخانه‌ای از کتاب‌های ناب بساز ۹۲
۴۴. استعدادهایت را پرورش بده ۹۵
۴۵. به دل طبیعت برو ۹۷
۴۶. از زمان رفت و آمد استفاده کن ۹۹
۴۷. از اخبار دوری کن ۱۰۱
۴۸. درباره‌ی تعیین اهداف جدی باش ۱۰۳
۴۹. قانون ۲۱ را به خاطر بسپار ۱۰۵
۵۰. بخشش را تمرین کن ۱۰۷
۵۱. آرمیوه تازه بنوش ۱۰۸
۵۲. یک محیط خالص بساز ۱۱۰
۵۳. در جنگل قدم بزن ۱۱۲
۵۴. یک مشاور بگیر ۱۱۳
۵۵. به یک تعطیلات کوتاه مدت برو ۱۱۵
۵۶. به دنبال کار خیر برو ۱۱۶
۵۷. قهرمانانت را پیدا کن ۱۱۸
۵۸. موسیقی گوش کن ۱۲۰

۵۹. یک میراث نامه بنویس ۱۲۲
۶۰. سه دوست بزرگ پیدا کن ۱۲۴
۶۱. راه‌نرمند را بخوان ۱۲۶
۶۲. مدیتیشن را بیاموز ۱۲۸
۶۳. یک مراسم خاکسپاری برای خودت بگیر ۱۳۰
۶۴. گله و شکایت را کنار بگذار و زندگی‌ات را از نو بساز ۱۳۲
۶۵. ارزشت را بالا ببر ۱۳۴
۶۶. پدر یا مادر بهتری باش ۱۳۶
۶۷. نامتعارف باش ۱۳۸
۶۸. یک کارت طلایی همراه داشته باش ۱۴۰
۶۹. شاد باش ۱۴۲
۷۰. از چیزهای ساده لذت ببر ۱۴۳
۷۱. دست از سرزنش بردار ۱۴۵
۷۲. همین روز را زندگی کن ۱۴۷
۷۳. یک اتاق فکر قوی بساز ۱۴۹
۷۴. یک اساس نامه روزانه بساز ۱۵۱
۷۵. نگاهت را عوض کن ۱۵۳
۷۶. مدیرعامل زندگی‌ات باش ۱۵۵
۷۷. فروتن باش ۱۵۷
۷۸. هر کتابی که شروع می‌کنی را تمام نکن ۱۵۸
۷۹. این قدر به خودت سخت نگیر ۱۵۹
۸۰. روزه‌ی سکوت بگیر ۱۶۱
۸۱. هر بار که تلفن زنگ نمی‌زند آن را بردار ۱۶۲
۸۲. تفریح باید شما را بازسازی کند ۱۶۳
۸۳. حریفان شایسته‌ای را برگزین ۱۶۴
۸۴. کمتر بخواب ۱۶۶
۸۵. یک وعده غذا را با خانواده‌ات بخور ۱۶۸
۸۶. فیلم بازی کن ۱۶۹
۸۷. در یک کلاس سخنرانی شرکت کن ۱۷۰
۸۸. بزرگ فکر کن ۱۷۲
۸۹. نگران آن چه نمی‌توانی تغییر دهی نباش ۱۷۴
۹۰. شیوه درست راه رفتن را بیاموز ۱۷۵
۹۱. داستان زندگی‌ات را از نو بنویس ۱۷۷

پیش گفتار

به خاطر انتخاب این کتاب به شما افتخار می‌کنم. با انجام این کار، شما تصمیم گرفته‌اید که عامدانه‌تر و شادتر و کامل‌تر عشق بورزید. تصمیم گرفته‌اید زندگی‌تان را آگاهانه و نه تصادفی و با طرح و نقشه و نه بی‌حساب و کتاب پیش ببرید و به همین دلیل، شما را تحسین می‌کنم.

از زمان نگارش دو کتاب در سری قبلی «راهبی که فراری‌اش را فروخت»، نامه‌های بی‌شماری را از خوانندگانی دریافت کرده‌ام که دیده‌اند زندگی‌شان با بینشی که کشف کردند دگرگون شد. حرف‌های این مردان و زنان مرا متأثر کرد و به من انگیزه داد. این پیام‌های پر شمار همچنین مرا تشویق کرد که همه‌ی آنچه که درباره‌ی هنر زندگی آموخته‌ام را در مجموعه‌ای از دروس زندگی خلاصه کنم. پس، کوشیدم بهترین داشته‌هایم را در کتابی جمع‌آوری کنم که حقیقتاً باور دارم به تغییر زندگی‌تان کمک می‌کند.

کلمات این کتاب از صمیم قلب نوشته شده‌اند و با این امید به رشته‌ی تحریر درآمده‌اند که شما نه تنها با دانشی که من با احترام تقدیم می‌کنم ارتباط بگیرید، بلکه به آن عمل کنید تا در هر زمینه از زندگی‌تان به پیشرفت‌های ماندگاری دست یابید. با آزمون و خطاهایی که پشت سر گذاشته‌ام، دریافتم که دانستن آنچه باید انجام دهیم کافی نیست؛ بلکه ما باید به این دانش عمل کنیم تا به زندگی مطلوبمان نائل شویم.

پس امیدوارم هنگام ورق زدن صفحات این کتاب که سومین کتاب در سری «راهبی که فراری‌اش را فروخت» می‌باشد، حکمت‌های پربار و فراوانی را کشف کنید تا کیفیت زندگی حرفه‌ای، شخصی و معنوی‌تان را بالا ببرید. لطفاً برای من نامه بنویسید، برایم ایمیل بزنید، یا در یکی از سمینارهایم با من ملاقات کنید و برایم بگویید چگونه درس‌های این کتاب را در

زندگی تان به کار بستید. من تمام تلاشم را می‌کنم تا شخصاً به نامه‌هایتان پاسخ دهم، آرامش عمیق، سعادت بی‌نظیر و روزهای شاد بی‌شمار و سپری شده در راه یک هدف ارزشمند را برایتان آرزو می‌کنم.

رابین شارما