

Содержание

Предисловие	7
Введение.	
Эрл Найтингейл — патриарх личностного развития	10
Глава 1. Мы становимся тем, о чем думаем.....	19
Глава 2. Страх быть как все.....	29
Глава 3. Сила целей.....	43
Глава 4. Успех как постепенное воплощение мечты.....	52
Глава 5. Наука о привычках.....	64
Глава 6. Роль служения	77
Глава 7. Сила благодарности — ключ, открывающий все двери.....	87
Глава 8. Действие и настойчивость — две составляющие успеха.....	103
Глава 9. Новая золотая жила — творчество и инновации.....	113
Глава 10. Эксперимент: меняемся за 30 дней.....	124
Глава 11. Богатство и закон взаимного обмена	137
Глава 12. Жизнь, достойная того, чтобы жить.....	150
Об авторе	159

Предисловие

Голос Эрла Найтингейла — характерный, глубокий, звучный — я впервые услышал еще в юности. Мне было чуть больше двадцати, и я стоял перед выбором жизненного пути. С тех пор прошло более 50 лет, но мудрые советы Эрла все так же актуальны и по-прежнему вдохновляют меня, как в те далекие годы.

Его слова подарили мне то, что я так хотел тогда обрести, — надежду. Я бросил колледж, у меня не было ни особых талантов, ни ясного представления о будущем — только смутное ощущение, что жизнь может стать гораздо ярче и интереснее, чем мое теперешнее существование. Эрл, Денис Уэйтли и другие учителя помогли мне поверить в собственные силы: я мечтал, что когда-нибудь стану таким же, как они, и буду помогать людям стремиться к лучшему, жить осмысленно и добиваться невозможного. В ту пору я и представить не мог, насколько тесно переплетутся наши с Эрлом дороги.

Мой замечательный наставник Боб Проктор когда-то работал вице-президентом в компании Эрла Nightingale-Conant. Когда я впервые познакомился с учением Эрла (благодаря рекламной рассылке), Боб уже числился в штате компании. Спустя годы судьба свела меня с Бобом — наше сотрудничество продлилось почти 20 лет и кардинально изменило мою жизнь. Мы часто

общались, и имя Эрла постоянно звучало на протяжении наших долгих бесед и произносилось с неизменным уважением и восхищением. Боб высоко ценил уроки Эрла, а я, ученик Боба, стал продолжателем их общего дела.

С патриархом личностного развития меня связала еще одна неожиданная нить — Диана, вторая жена Эрла. Мы вместе работали над рядом проектов, стремясь донести наследие Эрла до широкой аудитории. Мне посчастливилось побывать в ее доме в Аризоне, и там я провел незабываемое утро, разбирая архив Эрла — рукописное свидетельство блестящей карьеры человека, оказавшего огромное влияние на несколько поколений.

И вот спустя 70 лет я решил вернуться к «Самому странному секрету». Откровенно говоря, у меня были некоторые сомнения: современный мир совсем не похож на аудиторию пятидесятых, к которой обращался Эрл. В то время считалось, что в основе любого успеха непременно лежат дисциплина, упорство и вера в себя. Сегодня мы живем в эпоху сиюминутных удовольствий и быстрых результатов, а терпение и упорный труд кажутся порой старомодными и даже смешными.

И все же, погрузившись в материал, я с удивлением обнаружил, что принципы Эрла не утратили своей силы. Почему? Потому что они вне времени и основаны не на мимолетной моде, а на неизменных законах человеческой природы. Современные авторы (и я в том числе) облачают их в новую форму, добавляя свежие метафоры и яркую упаковку. Но суть остается прежней. «Каковы мысли в душе... [человека], таков и он».

Эта мудрость из Книги Притчей была записана в самом первом руководстве по саморазвитию — Библии — и существовала задолго до нее.

А вот что действительно изменилось, так это инструменты. В 1956 году, чтобы послушать «Самый странный секрет», садились у проигрывателя. Самые предприимчивые устанавливали проигрыватели в автомобили и слушали Эрла в поездках (пока на очередной выбоине игла не соскакивала с дорожки). Сегодня «Самый странный секрет» можно слушать где угодно — в пустыне Мохава, в нью-йоркском такси и даже в постели перед сном. Изменились носители информации, но не само послание.

Именно поэтому и появилась эта книга.

Спустя 70 лет «Самый странный секрет» по-прежнему способен изменить жизнь. Но что он значит сегодня? Как идеи, родившиеся в совершенно другом мире, помогут справиться с вызовами нашего времени?

Давайте это выясним.

Эрл Найтингейл — патриарх личностного развития

Эрла Найтингейла называют патриархом личностного развития — и это не просто громкие слова. Он стал настоящей легендой в области саморазвития благодаря сильному голосу, глубоким прозрениям и революционным идеям. Миллионы людей по всему миру черпали вдохновение в его посланиях, прошедших испытание временем. В 1956 году его аудиозапись «Самый странный секрет» первой удостоилась «золотого» статуса среди записей разговорного жанра, навсегда закрепив за Найтингейлом репутацию первопроходца мотивационных выступлений и личностного развития. Но его история — это не только одно-единственное выдающееся достижение. Это история о настойчивости, жажде знаний и непоколебимой вере в силу человеческого разума.

Детство: жажда знаний

Эрл Найтингейл родился 12 марта 1921 года в Лонг-Бич, штат Калифорния. Детство Эрла пришлось на годы Великой депрессии — его семья едва сводила концы с концами. Отец бросил их, оставив мать одну с тремя сыновьями, и юный Эрл оказался во враждебном мире,

полном неопределенности. Но, несмотря на трудности, мальчик с ранних лет стремился к знаниям.

Он часами пропадал в местной библиотеке, пытаясь найти ответы на волновавшие его вопросы. Главный из них звучал так: почему одни добиваются успеха, а другие терпят неудачу? Именно этот вопрос стал краеугольным камнем всей его деятельности. Читая труды великих философов и мыслителей — Наполеона Хилла, Ральфа Уолдо Эмерсона, Марка Аврелия, — Найтингейл все глубже погружался в изучение принципов успеха и личных достижений.

Переломный момент: Вторая мировая война

В 17 лет Найтингейл записался в Корпус морской пехоты США. Во время Второй мировой он служил на линкоре «Аризона», который базировался в Перл-Харборе. 7 декабря 1941 года, в день печально известной японской атаки, среди немногих выживших членов экипажа «Аризоны» оказался и Найтингейл. Эта трагедия глубоко потрясла Эрла, и он преисполнился решимости понять, в чем смысл жизни и как прожить ее достойно.

После войны Найтингейл продолжил поиски истины. Пережитые испытания и стойкость, которая потребовалась ему, чтобы выжить и начать все заново, стали для него неиссякаемым источником размышлений. Служба в морской пехоте научила его дисциплине, концентрации и закалила его дух — эти качества в дальнейшем сыграли определяющую роль в его жизни.

Как родился «Самый странный секрет»

Рождение величайших идей зачастую происходит в ничем не примечательные моменты.

В то далекое утро 1956 года Эрл Найтингейл и не помышлял о том, что войдет в историю, а его записи станут «золотыми». Он всего лишь ответил на запрос аудитории, и это полностью изменило его жизнь и внесло весомый вклад в разработку методов личностного развития.

К тому времени Найтингейл был уже известным радиоведущим и владельцем небольшого страхового агентства в Чикаго, но при этом гораздо больше интересовался не продажей полисов, а раскрытием человеческого потенциала. Эрл штудировал труды известных мыслителей — от Марка Аврелия до Наполеона Хилла — и каждую неделю обсуждал прочитанное на мотивационных встречах с сотрудниками.

Как-то раз, когда он собрался уехать на несколько дней порыбачить, к нему неожиданно обратился менеджер по продажам: «Эрл, может, запишешь что-нибудь для команды, чтобы ребята не теряли боевого духа, пока ты будешь в отъезде?»

Просьба, казалось бы, пустяковая. Но то, что произошло дальше, произвело настоящую революцию в мире литературы об успехе и саморазвитии.

Найтингейл проснулся среди ночи и сел за пишущую машинку. Подытожив все, что ему было известно об успехе, он сформулировал тезис:

«Мы становимся тем, о чем думаем».

Вот и весь секрет — *самый странный секрет*. Идея была на поверхности и пронизывала историю, философию, религию и литературу о саморазвитии. Но мало кто понимал, какая сила в ней таится.

Когда концепция окончательно оформилась, Найтингейл записал послание с первого дубля — только он сам, его голос и микрофон. Никаких спецэффектов, никаких правок. Эрл передал запись менеджеру и забыл о ней, отправившись на рыбалку.

То, что произошло потом, Найтингейл никак не мог предвидеть.

Сотрудники прослушали запись. Потом еще раз. И еще. Находясь под впечатлением от услышанного, они передавали аудиопослание родным, друзьям и коллегам.

Запись стремительно набирала популярность. Все вокруг просили копии — даже те, кто не имел никакого отношения к компании. В связи с растущим спросом агентству пришлось брать деньги за копии, чтобы ускорить распространение записей.

Вскоре «Самый странный секрет» перестал быть просто внутренним инструментом для мотивации продавцов и обрел множество сторонников.

За несколько месяцев запись прослушали более миллиона человек. В эпоху, когда успехом пользовались исключительно музыкальные записи, «Самый странный секрет» стал первой записью разговорного жанра, удостоенной «золотого» статуса.

Успех послания Найтингейла нельзя приписать тщательно спланированной маркетинговой кампании. Это была истина — настолько яркая и глубокая, что ее было не остановить. Запись не шлифовали, не редактировали, не репетировали. В ней была простота, искренность, правдивость — это и принесло ей славу.

Корпорация Nightingale-Conant

Окрыленный откликом слушателей на «Самый странный секрет», Найтингейл объединился с Ллойдом Конантом — дальновидным предпринимателем, разделявшим интерес Эрла к личностному развитию. Вместе они основали корпорацию Nightingale-Conant («Найтингейл-Конант»), которая стала ведущим производителем аудиопрограмм по саморазвитию, бизнесу и мотивации.

Под руководством Найтингейла компания выпускала новаторские работы таких мыслителей, как Зиг Зиглар, Джим Рон, Денис Уэйтли и Тони Роббинс. Собственные программы Найтингейла — например, «Веди за собой» (Lead the Field) — считаются классикой личностного развития. С помощью Nightingale-Conant Эрл, по сути, с нуля сформировал эту область, и его идеи стали доступны миллионам.

Философия и основные убеждения

В основе учения Эрла Найтингейла — известные идеи выдающихся мыслителей из самых разных областей

науки, но его особый дар проявился в умении сделать эти идеи понятными и практичными. Он верил, что успех — не игра случая и не простое везение, а закономерный результат правильного мышления и упорной работы. Вот его основные принципы:

- **Сила мысли.** Согласно знаменитому постулату Найтингейла «Мы становимся тем, о чем думаем», мысли — это фундамент любого успеха или неудачи.
- **Ясность цели.** Эрл подчеркивал важность четких, конкретных целей и ежедневной работы над их достижением.
- **Самодисциплина.** Он был убежден, что успех требует дисциплины и способности фокусироваться на долгосрочных задачах, невзирая на сиюминутные трудности.
- **Личная ответственность.** Найтингейл учил, что каждый человек может изменить свою судьбу с помощью правильных решений и поступков.

Программы, книги и лекции Найтингейла вдохновляли слушателей применять методы достижения успеха во всех сферах жизни.

Наследие и влияние

Учение Эрла Найтингейла продолжает жить и после его смерти. Принципы Эрла легли в основу современного движения личностного развития, а его голос — глубокий,

властный, исполненный мудрости и ясности, — по-прежнему оказывает воздействие на слушателей.

Найтингейл написал несколько книг, среди которых «Это Эрл Найтингейл» (This Is Earl Nightingale) — сборник его эссе и радиовыступлений, а также «Суть успеха» (The Essence of Success). Аудиопрограммы Эрла, прежде всего «Самый странный секрет» и «Веди за собой» (Lead the Field), до сих пор занимают почетное место в списке бестселлеров в жанре литературы по саморазвитию.

Эрл Найтингейл ушел из жизни 25 марта 1989 года, но идеи его живут, вдохновляя новые поколения слушателей и читателей. Его труды взяли на вооружение многие авторы и мотивационные спикеры, и это говорит о том, что Найтингейл — один из самых значимых представителей мировой школы личностного развития.

Вечный голос мудрости

Вся жизнь Эрла Найтингейла — воплощение принципов, которые он положил в основу своего учения. Трудное детство в эпоху Великой депрессии, атака на Перл-Харбор, после которой он чудом выжил, мотивационные программы, вдохновлявшие миллионы людей по всему миру. Найтингейл прожил жизнь, наполненную смыслом, неутолимым любопытством и искренним стремлением помочь другим раскрыть творческий потенциал.

Его учение так же актуально сегодня, как и в тот день, когда он впервые записал «Самый странный секрет». Мир полон суеты и неопределенности, но послание

Найтингейла напоминает о мощной силе мысли и безграничных возможностях, заложенных в каждом из нас. Послания Эрла Найтингейла и сегодня помогают мыслить масштабнее, действовать решительнее и жить полной жизнью.

Наследие продолжает жить

Прошло 70 лет с момента первой записи «Самого странного секрета», но его идеи не потеряли актуальности. Мир изменился до неузнаваемости — технологии шагнули далеко вперед, целые отрасли промышленности претерпели кардинальные трансформации, бешеный ритм жизни стал нормой. Но фундаментальная истина, открытая Эрлом Найтингейлом, по-прежнему неизменна: «Мы становимся тем, о чем думаем».

В эпоху информационного шума, негатива и отвлекающих факторов мудрые слова Найтингейла нужны как никогда. Его голос все так же призывает взять мысли под контроль, поставить четкие цели и культивировать мышление победителя. Он напоминает: настоящий успех — это не привилегия избранных счастливых. Успех доступен каждому, кто готов осознанно мыслить, целенаправленно действовать и упорно идти к цели.

Наследие Эрла — не только слова, но и судьбы, преобразившиеся под воздействием этих слов. Предприниматели, представители творческих профессий, руководители компаний и обычные обыватели продолжают

применять его методы и добиваются выдающихся результатов. Его учение вдохновило целые поколения лидеров и доказало: личностное развитие — не модное веяние, а главный залог успеха.

И вопрос даже не в том, актуален ли сегодня «Самый странный секрет», — это и так очевидно. Вопрос скорее звучит так: «Как вы воспользуетесь этим знанием?»

В ваших руках тот самый ключ, который Найтингейл отыскал много лет назад. Вы становитесь творцами своей судьбы, меняя ее с помощью мыслей, решений и поступков. Принципы, которыми он поделился, — это не абстрактные теории, а путеводная нить. Но пригодится она только при условии, что вы готовы ею воспользоваться.

70 лет спустя секрет Найтингейла уже не кажется странным — он проверен временем. Теперь он открыт и вам.

Настало время действовать.

Мы становимся тем, о чем думаем

Главный принцип: Мы — это наши мысли.

На формирование личности непосредственно влияет то, о чем мы чаще всего думаем.

Эрл Найтингейл открыл одну из главных тайн жизни: **мы становимся тем, о чем думаем**. Истина стара как мир, но далеко не все знают, насколько это мощный инструмент. Разум подобен плодородной земле, и, что бы мы ни посеяли — добро или зло, — семена обязательно прорастут. Если постоянно думать об успехе, росте и новых возможностях, все это воплотится в жизнь. Но если одолевают сомнения, страхи и мысли о поражении, судьба вряд ли будет к нам благосклонна.

И это не самообман, а фундаментальный закон человеческой природы. Мысли формируют убеждения, убеждения определяют поступки, а поступки приводят к результатам. Если осознали это — сможем изменить жизнь к лучшему.

Разум как сад

Представьте, что разум — это участок земли. Почве все равно, что вы будете сеять — цветы или сорняки, семена

будущих побед или неудач. На ней вырастет только то, что было посажено. Если будете день за днем возвращать мысли о прогрессе, уверенности и целеустремленности, соберете богатый урожай успеха. И наоборот: тот, кто позволит негативным, разрушительным мыслям пустить корни, вскоре обнаружит, что жизнь полна ограничений и борьбы.

Вот почему при одинаковых начальных условиях приходят к противоположным результатам. Одни видят возможности, другие — препятствия. Одни стремятся к процветанию, другие готовятся к краху. **Вся разница между ними — в образе мыслей.**

Исследование доктора Мартина Селигмана из Пенсильванского университета показало: оптимисты гораздо успешнее пессимистов. Почему? Потому что оптимизм побуждает к действию, а пессимизм порождает сомнения. Мысли определяют поведение — и судьбу.

Этот принцип красной нитью проходит через всю историю человечества. Римский император Марк Аврелий писал: «Наша жизнь есть то, что делают из нее наши мысли». Ральф Уолдо Эмерсон утверждал: «Человек — это то, о чем он думает целый день». Этой мудрости уже много веков, но и сегодня контролировать мышление удастся немногим.

Наука о силе мысли

Современная наука подтвердила то, что Найтингейл понимал десятилетия назад:

- **Нейропластичность.** Мозг перестраивается под влиянием повторяющихся мыслей-паттернов. Концентрируемся на успехе — разум укрепляет нейронные пути, ведущие к достижениям. Зацикливаемся на ограничениях — усиливаются именно эти связи.
- **Ретикулярная активирующая система (РАС).** РАС работает как фильтр, направляя внимание на то, что для нас важно. Думаем о возможностях — начинаем замечать их повсюду. Фокусируемся на проблемах — значит, только их и видим.
- **Когнитивное программирование.** Подсознание не отличает реальность от ярко представленного образа. Именно поэтому метод визуализации чрезвычайно эффективен — мозг начинает действовать так, будто мы уже достигли успеха.
- **Эффект плацебо.** Исследования показывают: если пациенты уверены, что получают чудодейственное лекарство, их состояние заметно улучшается даже от таблетки, в которой нет ничего, кроме сахара. Данный пример наглядно иллюстрирует огромное значение веры и позитивного мышления.

Примеры из жизни

- **Боб Проктор** начинал карьерный путь с самых низов. Поначалу молодой человек — без образования, без цели в жизни — перебивался случайными работками. Но однажды ему в руки попала книга

Наполеона Хилла «Думай и богатей»*. Вскоре он стал убежденным последователем учения Эрла Найтингейла. Проктор твердо усвоил принцип: мысли формируют реальность. Он понял, что те, кому сопутствует успех, сначала мысленно представляют будущее, а затем воплощают мечты в жизнь. С маниакальным упорством он применял визуализацию и ставил цели. В итоге из неудачника, зарабатывавшего несколько тысяч в год, превратился в миллионера. Успех стал делом его жизни — он стал учить других, как с помощью направленного мышления творить настоящие чудеса.

- В детстве **Майклу Фелпсу** поставили диагноз СДВГ — он не мог сосредоточиться на уроках. Когда ему было всего девять, отец, которого мальчик боготворил, ушел из семьи. Этот удар вызвал боль и гнев, надолго поселившиеся в его душе. Но вместо того, чтобы позволить негативным эмоциям выйти из-под контроля, Фелпс направил энергию на плавание, а визуализация стала его спасательным кругом. Тренер Боб Боумен научил его мысленно проплывать каждую дистанцию — метр за метром — еще до погружения в воду. Эта привычка стала тайным оружием Фелпса — так ему удавалось выступать безупречно в любых обстоятельствах. Результат — 23 золотые олимпийские медали — наглядное доказательство силы ментальной подготовки.

* Хилл Н. Думай и богатей. — Мн.: Попурри, 2022.

- Неудачи **Генри Форда** — неотъемлемая часть истории его успеха. До создания Ford Motor Company первые два автомобильных предприятия Форда потерпели крах. Инвесторы перестали ему доверять, а многие и вовсе посчитали его несерьезным мечтателем без деловой хватки. Но Форд ни на миг не усомнился в своей идее: автомобиль надо сделать доступным для обычных американцев. Вместо того чтобы сдаться, он более детально проработал проект, внедрил конвейерное производство для снижения затрат и доказал скептикам, что был прав. Упорство Форда совершило настоящую промышленную революцию — автомобили перестали быть роскошью: теперь их могли купить миллионы. Имя Форда вписано в историю транспорта, которую ему удалось изменить благодаря вере в успех и новаторскому подходу.
- **Эндрю Карнеги** родился в Шотландии. Детство его прошло в нищете. Вскоре семья эмигрировала в США. Мальчик с 13 лет вкалывал по 12 часов на хлопковой фабрике за доллар и 20 центов в неделю. Но Карнеги никогда не считал себя нищим работающей — он верил в успех задолго до того, как его достиг. Изучал бизнес, грамотно инвестировал, хватался за любую возможность и в конце концов произвел революцию в сталелитейной промышленности, применив принципы экспоненциального роста к производству. Карнеги нажил огромное состояние — одно из крупнейших в истории — благодаря

в первую очередь нестандартному, творческому мышлению. Он пожертвовал 90% своего состояния на благотворительность и доказал, что мысленная визуализация успеха приводит в долгосрочной перспективе к выдающимся результатам.

- **Джим Керри** рос в бедной рабочей семье — одно время даже жил в фургоне. Подросток мечтал стать всемирно известным актером-комиком, но никто не спешил предлагать ему роли. Вместо того чтобы смириться с суровой реальностью, Керри выписал себе чек на 10 миллионов долларов за «оказанные актерские услуги» и датировал его пятью годами позже. Он постоянно носил этот чек в бумажнике, представляя, как его обналичивает. И продолжал действовать — выступал в клубах, получал отказы, оттачивал мастерство. В 1994 году, как раз перед указанной на чеке датой, он получил роль в фильме «Тупой и еще тупее» — гонорар его составил 10 миллионов долларов.
- **Илон Маск** все поставил на кон ради мечты — космических путешествий и экологичной энергетики. Продав PayPal, он вложил состояние в Tesla и SpaceX — и обе компании оказались на грани краха. В 2008 году в Tesla начались задержки в производстве, а SpaceX пережила три неудачных запуска ракет подряд. Маск был почти разорен. Его называли безумцем. Но он не дрогнул, продолжая мечтать о будущем, в котором человечество покоряет

Марс и ездит на электромобилях. Упорство Маска принесло свои плоды — четвертый запуск SpaceX оказался успешным, Tesla получила финансирование, и обе компании в буквальном смысле совершили переворот в своих отраслях. Так вера в успех превратила невозможное в неизбежное.

Как этот закон работает в жизни

Спросите себя: что занимает ваши мысли?

Просыпаясь утром, вы первым делом думаете о проблемах, стрессе и препятствиях? Или встречаете день, предвкушая новые возможности? Ответ на эти вопросы определит вашу жизненную траекторию.

У того, кто постоянно думает о долгах и трудностях, будут постоянно появляться все новые и новые счета, непредвиденные расходы, ограничения. Почему? Потому что его мозг натренирован замечать недостатки (помните про РАС?) и день за днем формирует менталитет дефицита. Когда появляются возможности, он отмахивается от них — слишком рискованно, невозможно. Он действует из страха, медлит с решениями и, сам того не желая, притягивает еще больше проблем.

А теперь рассмотрим противоположный случай. Когда мы сосредоточены на решениях, росте и создании благосостояния, то все время замечаем новые источники дохода, ищем способы развить навыки и строим ценные связи. Наш мозг настроен на поиск шансов. Мы действуем на опережение, а не просто реагируем на обстоятельства.

Вместо того чтобы заикливаться на проблемах, просчитываем: «Каким будет мой следующий шаг?» Действуем, корректируем курс и упорно идем вперед.

Это не волшебство, а всего лишь фокусировка. О чем думаешь, то и ищешь. Что ищешь, то и находишь. Мысли порождают действия. Действия, повторяясь, превращаются в привычки. А привычки определяют судьбу. Измени образ мыслей — изменишь и свою жизнь.

Практические шаги для перенастройки образа мыслей

- 1. Каждый день отслеживайте свои мысли.**
 - Носите с собой блокнот и фиксируйте повторяющиеся мысли.
 - Вечером проанализируйте: они делают вас сильнее или слабее?
- 2. Избавьтесь от негативного внутреннего диалога.**
 - Заменяйте «Я не могу» на «Как мне это сделать?».
 - Боритесь с сомнениями при помощи фактов — вспоминайте свои прошлые победы.
- 3. Создайте доску визуализации.**
 - Подберите изображения, символизирующие ваши цели, и разместите на видном месте.
 - Подкрепляйте их мощными аффирмациями.

4. Погрузитесь в позитивную среду.

- Читайте книги, вдохновляющие расти и развиваться.
- Избегайте негативных новостей и общения с неприятными людьми.
- Проводите время с теми, кто вас поддерживает и мотивирует.

5. Визуализируйте успех каждое утро.

- В течение пяти минут представляйте себя в момент триумфа.
- Попробуйте прочувствовать эмоции успеха — это укрепляет нейронные связи.

6. Устройте себе 30-дневное испытание.

- В «Самом странном секрете» Найтингейл предложил слушателям провести 30-дневный эксперимент, в течение которого участники сознательно контролируют мысли и фокусируются исключительно на желанных целях. Те, кто принял вызов, буквально преобразили свою жизнь. Вы способны сделать то же самое.

В ближайшие 30 дней направляйте мысли на рост, процветание и достижения. Берегите собственный разум как драгоценное сокровище. Не позволяйте страху и сомнениям завладеть мышлением. Концентрируйтесь только на желаемом — и увидите, как окружающий мир начнет меняться прямо на глазах.

Непреложная истина

Успех — вовсе не привилегия везунчиков или избранных. Его может достичь каждый — надо только взять под контроль мышление. У вас уже есть мощнейший инструмент преобразования — ваш разум. Используйте его правильно, и будущее превзойдет самые смелые ожидания.

Это и есть **самый странный секрет**. И теперь он ваш.

Глава 2

Страх быть как все

Главный принцип: Мы терпим неудачи, потому что идем за толпой, вместо того чтобы мыслить самостоятельно.

Успех — не для заурядных людей. Почему? Потому что обычные люди делают то же, что и все остальные. Думают так, как велят думать. Идут за толпой. И получают те же результаты, что и толпа.

Эрл Найтингейл высказался предельно ясно: хотите иметь то, что есть у всех и каждого, — делайте то, что делают все. Но если ваша цель — успех, независимость и финансовая свобода, следует мыслить иначе. Необходимо бороться с естественной тягой к конформизму — он делает нас посредственностями и опутывает сетью из каждодневной рутины и страхов, которую мы даже не замечаем.

Мы в большинстве своем плывем по течению без всякого плана — хватаемся за первую подвернувшуюся работу, выбираем самый безопасный путь и никогда не спрашиваем себя: «Я правда этого хочу? Это мой путь или чужой?» Именно поэтому лишь 5% достигают настоящего успеха.

В чем разница? Успешные люди мыслят самостоятельно. Они сами решают, чего хотят, не поддаются

страхам и давлению общества и не стремятся соответствовать чужим ожиданиям.

Почему становятся конформистами?

Конформизм невидимой нитью связывает общество во едино, но при этом зачастую подавляет в нас личность. Именно конформизм заставляет нас кивать на бессмысленных совещаниях, носить джинсы, потому что их носят все, и молчать, когда внутри все кипит от гнева. Но почему мы так легко прогибаемся под мнение большинства? Дело не только в социальном давлении — ответ записан в нашей ДНК: древнему человеку проще было выжить в группе. Современная жизнь превратила этот механизм в ловушку. Конформизм — от первобытных племен до трендов в TikTok — и наша суперсила, и наши кандалы. Это продукт эволюции, психологии и извечной потребности принадлежать к сообществу.

По сути, конформизм — эволюционный атавизм. Наши далекие предки выживали в саванне сообща — одиночки становились добычей хищников, а приверженцы коллективизма процветали. Племя — это и пища, и защита от саблезубых тигров, и возможность передать свои гены потомкам. Нейробиолог Мэтью Либерман в книге «Социальный вид: Почему мы нуждаемся друг в друге»^{*} доказывает: наш

^{*} Либерман М. Социальный вид: Почему мы нуждаемся друг в друге / пер. Е. Петрова. — М.: МИФ, 2020.