

JAMES ALLEN

Como el Hombre 
PIENSA
Asi es su Vida

UN LIBRO SOBRE EL PODER DEL PENSAMIENTO
Y SU CORRECTA APLICACIÓN



wisdom collection

**COMO EL HOMBRE
PIENSA
ASI ES SU VIDA**



Wisdom collection

COMO EL HOMBRE PIENSA: ASÍ ES SU VIDA (SPANISH EDITION)

As a Man Thinketh
Originalmente Publicado en 1903
Traducción al español

Como el Hombre Piensa
Copyright © 2016 Marcela Allen Herrera
Todos los Derechos Reservados
Wisdom Collection

COMO EL HOMBRE PIENSA ASI ES SU VIDA

**Un libro sobre el Poder del Pensamiento y
su Correcta Aplicación**

**Por
JAMES ALLEN**

**Originalmente Publicado en 1903
“As a Man Thinketh”**

Traducido al Español por Marcela Allen Herrera

INTRODUCCION

La siguiente edición es la traducción del libro publicado en el año 1903 - "As a Man Thinketh"- la tercera y más famosa obra de James Allen.

Esta pequeña edición (que originalmente fue de tamaño de bolsillo) alcanzó gran popularidad en todo el mundo y consagró a su autor como una de las figuras pioneras del movimiento de autoayuda.

Como el mismo autor refirió -"Este libro te ayudará a ayudarte a ti mismo"- mediante la enseñanza de valiosos mensajes, que son entregados de forma sencilla y en un tono muy espiritual.

Con esta lectura serás sabiamente guiado hacia la comprensión que tú eres el creador de tu propio destino, ya que las circunstancias de tu vida se originan a partir de tus propios pensamientos. Tu vida presente es la suma total de todo lo que has pensado y hecho en el pasado; así mismo tus circunstancias en el futuro están siendo moldeadas por tus actuales pensamientos y acciones. Aquí se encuentra la más alta enseñanza y una fuente de inspiración para todos quienes quieran tener una vida plena y feliz.

CONTENIDO

INTRODUCCION

PREFACIO

1. PENSAMIENTO Y CARÁCTER

2. EFECTO DEL PENSAMIENTO SOBRE LAS
CIRCUNSTANCIAS

3. EFECTO DEL PENSAMIENTO EN LA SALUD Y EL
CUERPO

4. PENSAMIENTO Y PROPÓSITO

5. EL PENSAMIENTO COMO FACTOR DEL ÉXITO

6. VISIONES E IDEALES

7. SERENIDAD

PREFACIO

Este pequeño volumen (resultado de la meditación y la experiencia) no pretende ser un tratado exhaustivo acerca del poder del pensamiento, del cual ya se ha escrito mucho. Es más sugestivo que explicativo, siendo su objeto estimular a hombres y mujeres hacia el descubrimiento y la comprensión de la verdad, que:

Ellos son los creadores de sí mismos

en virtud de los pensamientos que ellos elijen y animan; que la mente es el maestro tejedor, tanto de la vestimenta interior del carácter, como de la vestimenta exterior de las circunstancias y que si hasta ahora han tejido en ignorancia y sufrimiento pueden comenzar a tejer en iluminación y felicidad.

James Allen

COMO EL HOMBRE PIENSA: ASÍ ES SU VIDA (SPANISH EDITION)

COMO EL HOMBRE PIENSA ASI ES SU VIDA



Wisdom collection

CAPÍTULO 1

PENSAMIENTO Y CARÁCTER

El aforismo, "Como un hombre piensa en su corazón así es él" no sólo abarca la totalidad del ser de un hombre, sino que es tan amplia que alcanza todas las condiciones y las circunstancias de su vida. Una persona es literalmente lo que piensa, siendo su carácter la suma total de todos sus pensamientos.

Como la planta que brota y no podría hacerlo sin su semilla, cada acto de una persona brota de las semillas ocultas del pensamiento y no podría existir sin ellos. Esto se aplica por igual a aquellos actos considerados "espontáneos" y "no premeditados" como a aquellos que son deliberadamente ejecutados.

Las acciones son brotes del pensamiento, y la alegría y el sufrimiento son sus frutos; de este modo las personas cosechan los

frutos dulces y amargos que ellos mismos siembran.

El pensamiento en la mente nos hace lo que somos, por el pensamiento que forjamos y construimos. Si la mente de una persona tiene malos pensamientos, el dolor le seguirá como sigue el arado al buey detrás. Si alguien se mantiene en la pureza del pensamiento, la alegría lo sigue como su propia sombra – eso es seguro.

Estamos creciendo por la ley y no por artificios y causa y efecto son tan absolutos e inevitables en el reino invisible del pensamiento como en el mundo de las cosas visibles y materiales.

Un carácter noble y semejante a Dios no es una cosa de favor o del azar, sino que es el resultado natural del continuo esfuerzo en el pensar correcto, el efecto de una larga y querida asociación con pensamientos semejantes a Dios. Por el mismo proceso, un carácter innoble y brutal, es el resultado de albergar continuamente pensamientos negativos.

El hombre es hecho o deshecho por sí mismo; en el depósito del pensamiento forja las armas con las que se destruye a sí mismo. Él también modela las herramientas con las que construirá para sí mismo mansiones celestiales de felicidad, fortaleza y paz.

Con la elección y aplicación de los pensamientos correctos, el hombre asciende a la Perfección Divina; por el abuso y aplicación de los pensamientos incorrectos, desciende por debajo del nivel de la bestia. Entre estos dos extremos están todas las categorías de carácter y el hombre es su creador y maestro.

De todas las maravillosas verdades del alma que han sido restauradas y traídas a la luz en esta época, ninguna es más

grandiosa y fructífera de la promesa divina y la libertad que esto - el hombre es el maestro del pensamiento, el moldeador de carácter, el fabricante y modelador de sus condiciones, entorno y destino.

Como un ser de poder, inteligencia y amor y el amo de sus propios pensamientos, el hombre tiene la llave para cada situación y lleva consigo la agencia de transformación y regeneración por la que puede hacer de sí mismo lo que él quiere.

El hombre es siempre el maestro, incluso en su estado de mayor debilidad y abandono; pero en su debilidad y degradación es el amo necio que gobierna mal su "casa". Cuando empieza a reflexionar sobre su condición y busca diligentemente la Ley sobre la cual se establece su ser, a continuación, se convierte en el amo sabio, dirigiendo sus energías con inteligencia y llevando sus pensamientos hacia cosas fructíferas. Ese es el amo consciente y el hombre sólo puede llegar a serlo descubriendo dentro de sí mismo las leyes del pensamiento; este descubrimiento es totalmente una cuestión de aplicación, autoanálisis y experiencia.

Sólo después de mucho buscar y excavar se obtienen el oro y los diamantes y el hombre puede encontrar cada verdad relacionada con su ser si cava profundamente en la mina de su alma. Y podrá demostrar infaliblemente que él es el artífice de su carácter, el moldeador de su vida y el constructor de su destino: si él observa, controla y altera sus pensamientos, rastreando sus efectos sobre sí mismo, sobre los demás, y sobre su vida y sus circunstancias; si vincula causa y efecto con paciente práctica e investigación, utilizando cada una de sus experiencias, hasta la más trivial, como un medio de obtener ese conocimiento de sí mismo.

En esta dirección, como en ninguna otra, esta la ley absoluta de "el que busca, encuentra; y al que llama, se le abrirá"; sólo por la paciencia, práctica y una persistencia incesante puede un hombre entrar por la Puerta del Templo del Conocimiento.

CAPÍTULO 2

EFECTO DEL PENSAMIENTO SOBRE LAS CIRCUNSTANCIAS

La mente de un hombre puede ser comparada con un jardín, el cual puede ser inteligentemente cultivado o dejar que crezca sin ningún cuidado; pero esté cultivado o descuidado, debe y va a producir. Si no se siembran semillas útiles, entonces muchas semillas de inútiles malezas caerá en el y a continuación producirán su especie.

Al igual que un jardinero cultiva su terreno, manteniéndolo libre de malezas y cultivando las flores y frutas que requiere, así el hombre atiende el jardín de su mente, sacando todos los pensamientos erróneos, inútiles e impuros y cultivando a la perfección las flores y frutos de pensamientos correctos, útiles y puros. Siguiendo este proceso el hombre tarde o temprano

descubre que él es el maestro jardinero de su alma, el director de su vida. También revela, dentro de sí mismo, las leyes del pensamiento y entiende cada vez con mayor precisión, cómo las fuerzas del pensamiento y los elementos de la mente operan en la formación de su carácter, las circunstancias y el destino.

El pensamiento y el carácter son uno y el carácter sólo puede manifestarse y descubrirse a sí mismo a través del entorno y las circunstancias porque las condiciones externas de la vida de una persona siempre estarán armoniosamente relacionadas con su estado interior. Esto no quiere decir que las circunstancias de un hombre en un momento dado sean un indicador de todo su carácter, pero estas circunstancias están íntimamente conectadas con algún importante elemento de pensamiento dentro de sí mismo, siendo en ese momento indispensable para su desarrollo.

Todo hombre está donde está por la ley de su ser. Los pensamientos que ha construido en su carácter lo han llevado allí y en la disposición de su vida no hay ningún elemento de azar, sino todo es el resultado de una ley que no puede fallar. Esto es tan cierto para aquellos que se sienten "fuera de armonía" con su entorno como para los que están contentos con el.

Como un ser progresivo y en evolución, el hombre está donde está para aprender que puede crecer; y mientras aprende la lección espiritual que cada circunstancia le ofrece, cuando la termina da lugar a otras circunstancias.

El hombre es abofeteado por las circunstancias mientras piense que es creado por las condiciones externas. Pero cuando se da cuenta de que puede manejar las tierras y semillas de su ser, de

las cuales nacen las circunstancias, entonces se convierte en el dueño y señor de sí mismo.

Las circunstancias se originan a partir de los pensamientos. Todas las personas que durante algún periodo de tiempo han practicado el auto-control y la auto-purificación lo saben, porque se han dado cuenta de que la alteración en sus circunstancias ha estado en exacta proporción a la alteración de su estado mental. Tan cierto es esto que cuando alguien tenazmente se dedica a corregir los defectos de su carácter y hace un repentino y marcado progreso, pasa rápidamente a través de una sucesión de cambios.

El alma atrae aquello que secretamente alberga; lo que ama y también aquello que teme. Alcanza la cima de sus aspiraciones más queridas. Caer al nivel de sus impuros deseos - y las circunstancias son los medios por los que el alma recibe lo propio.

Cada semilla de pensamiento sembrado o dejado caer en la mente, echa sus raíces allí y produce lo suyo, floreciendo tarde o temprano en acciones y con sus propios frutos de oportunidad y circunstancia. Buenos pensamientos producen buenos frutos, malos pensamientos malos frutos.

El mundo exterior de las circunstancias muestra el mundo interno de los pensamientos y las condiciones externas, agradables y desagradables, son factores hechos para el bien último del individuo. Como el segador de su propia cosecha, el hombre aprende tanto por el sufrimiento como por la felicidad.

Un hombre no llega a la casa de beneficencia o a la cárcel por la tiranía del destino o de las circunstancias, sino por la vía de los malos pensamientos y bajos deseos. Tampoco un hombre de mente

pura cae de repente en el delito por el estrés o por cualquier fuerza externa; pensamientos criminales han sido secretamente albergados en el corazón y a la hora de la oportunidad han revelado su poder acumulado.

Las circunstancias no hacen al hombre; lo revelan a sí mismo. No puede existir condición tal como caer en el vicio y sus sufrimientos sino por inclinaciones viciosas, o de ascender a la virtud y su pura felicidad sin el cultivo continuo de las aspiraciones virtuosas. Y el hombre, por lo tanto, como Señor y Maestro del pensamiento, es el hacedor de sí mismo, el formador y autor de su entorno. Incluso al nacer el alma es revelada y con cada paso de su terrenal peregrinación atrae aquellas combinaciones de condiciones que la revelan, que son el reflejo de su propia pureza e impureza, su fortaleza y debilidad.

Las personas no atraen aquello que quieren, sino aquello que son. Sus anhelos, fantasías y ambiciones se frustran a cada paso, pero sus íntimos pensamientos y deseos son alimentados con su propia comida, sean estos sucios o limpios. La "divinidad que da forma a nuestros resultados" está en nosotros mismos; es nuestro ser. El hombre está encadenado solamente por sí mismo. El pensamiento y la acción son los carceleros del destino - nos apresan, si son bajos. Son también los ángeles de la libertad - nos liberan, si son nobles. El individuo no consigue aquello que desea y por lo cual reza, sino lo que gana con justicia. Sus deseos y oraciones son solamente satisfechos y atendidos cuando armonizan con sus pensamientos y acciones.

A la luz de esta verdad, entonces, ¿cuál es el sentido de

"luchar contra las circunstancias"? Esto significa que está continuamente revelándose contra el efecto exterior, mientras todo el tiempo está nutriendo y preservando la causa en su corazón. Esa causa puede tomar la forma de un vicio consciente o una debilidad inconsciente; pero sea lo que sea, tercamente retarda los esfuerzos de su poseedor, que clama por una cura.

Las personas están ansiosas por mejorar sus circunstancias, pero no están dispuestas a mejorarse ellas mismas. Por lo tanto, se mantienen atadas. El hombre que no abandona su auto-crucifixión nunca puede fallar en lograr el objeto sobre el cual fija su corazón. Esto es tan cierto de las cosas terrenales como celestiales. Incluso el hombre cuyo único objeto es la adquisición de riquezas debe estar preparado para hacer grandes sacrificios personales antes de que pueda lograr su objetivo; y ¿cuánto más preparado aquel que quiera lograr una vida fuerte y próspera?

Aquí está un hombre que es miserablemente pobre. Él está muy ansioso de que su entorno y las comodidades de su casa sean mejoradas. Sin embargo, todo el tiempo elude su trabajo y considera que está justificado al tratar de engañar a su empleador basándose en lo insuficiente que es su salario. Tal hombre no entiende los simples fundamentos de los principios que son la base de la verdadera prosperidad. Él no sólo es totalmente incapacitado para salir de su miseria, sino en realidad está atrayendo a sí mismo una miseria aún más profunda al habitar y actuar de acuerdo a pensamientos indolentes, engañosos y cobardes.

Aquí está un hombre rico que es víctima de una dolorosa y persistente enfermedad como resultado de la gula. Él está

dispuesto a dar grandes sumas de dinero para sanarse, pero no va a sacrificar sus glotonerías. Quiere satisfacer su gusto por los suntuosos y poco saludables alimentos, pero también tener salud. Tal hombre es totalmente incapaz de tener salud, debido a que aún no ha aprendido los primeros principios de una vida saludable.

Aquí está un empleador que adopta medidas deshonestas para evitar el pago del salario reglamentado y, con la esperanza de obtener mayores beneficios, reduce los salarios de sus trabajadores. Tal hombre no está preparado para la prosperidad. Y cuando él se encuentre en quiebra, tanto en lo que respecta a la reputación como a la riqueza, culpará a las circunstancias, sin saber que él es el único autor de su condición.

He introducido estos tres casos simplemente como una ilustración de la verdad de que el hombre es la causa (aunque casi siempre inconsciente) de sus circunstancias. Eso, mientras aspira a un buen final, él está continuamente frustrando su realización al fomentar pensamientos y deseos que no armonizan con ese fin. Tales casos podrían variarse y multiplicarse casi indefinidamente, pero esto no es necesario. El lector puede, si así lo resuelve, rastrear la acción de las leyes del pensamiento en su propia mente y su vida y mientras no haga esto, simples hechos externos no sirven como base de razonamiento.

No obstante, las circunstancias son tan complicadas, el pensamiento está tan profundamente arraigado y las condiciones de la felicidad varían tanto entre los individuos, que la total condición del alma de un hombre (que puede ser conocida solo por sí mismo) no puede ser juzgada por otro sólo por el aspecto externo

de su vida.

Un hombre puede ser honesto en ciertas direcciones y aun así tiene privaciones. Un hombre puede ser deshonesto en ciertas direcciones, sin embargo, adquiere riqueza. Pero la conclusión generalmente formada de que el primer hombre fracasa debido a su particular honestidad y que el otro prospera debido a su particular falta de honradez, es el resultado de un juicio superficial, que supone que el hombre deshonesto es corrupto casi por completo y que el hombre honesto es casi enteramente virtuoso. A la luz de un conocimiento más profundo y una experiencia más amplia, se encuentra tal juicio es erróneo. El deshonesto puede tener algunas virtudes admirables que el otro no posee y el hombre honesto vicios dañinos que están ausentes en el otro. El hombre honesto cosecha los buenos resultados de sus pensamientos y actos honestos; también atrae a sí mismo los sufrimientos que producen sus vicios. El deshonesto del mismo modo cosecha su propio sufrimiento y felicidad.

Es agradable para la vanidad humana creer que uno sufre a causa de su propia virtud. Pero hasta que un individuo no haya extirpado cada pensamiento malsano, amargo e impuro de su mente y lave toda mancha de pecado de su alma, ¿puede estar en una posición de saber y declarar que sus sufrimientos son el resultado de sus buenas y no de sus malas cualidades? En el camino a la perfección suprema, encontrará trabajando en su mente y en su vida, la Gran Ley que es absolutamente justa y que no puede dar bien por mal, ni mal por bien. Con la posesión de tal conocimiento, él sabrá entonces, mirando hacia atrás en su pasada

ignorancia y ceguera, que su vida es, y siempre fue, justamente ordenada y que todas sus experiencias pasadas, buenas y malas fueron fruto imparcial de la manifestación de su propio ser en su etapa de evolución.

Los buenos pensamientos y buenas acciones nunca pueden producir malos resultados. Los malos pensamientos y malas acciones nunca pueden producir buenos resultados. Esto no es más que afirmar que no puede venir del maíz, nada más que el maíz y de la ortiga nada más que la ortiga. El hombre entiende esto ley en el mundo natural y trabaja con ello. Pero pocos lo entienden en el mundo mental y moral (aunque esta operación es tan simple y sin desviaciones) y que, por lo tanto, no cooperan con ella.

El sufrimiento es siempre el efecto del pensamiento equivocado en alguna dirección. Es un indicio de que el individuo no está en armonía consigo mismo, con la Ley de su ser. El único y supremo uso del sufrimiento es purificar, quemar todo lo que es inútil e impuro. El sufrimiento cesa para quien es puro. No puede haber sentido en quemar el oro después que se ha retirado la escoria y un ser perfectamente puro e iluminado no puede sufrir.

Las circunstancias en que un hombre se encuentra con el sufrimiento son el resultado de su propia falta de armonía mental. Las circunstancias en que un hombre se encuentra con la felicidad - no posesiones materiales - son la medida del pensamiento correcto. Infelicidad - no la falta de bienes materiales- son la medida del pensamiento equivocado. Un hombre puede ser una maldición y rico; puede ser una bendición y pobre. Felicidad y riqueza sólo se juntan cuando las riquezas son utilizadas correctamente y con

sabiduría. Y el hombre pobre solo desciende a la miseria cuando considera su destino como una carga impuesta injustamente.

La indigencia y la indulgencia son los dos extremos de la miseria. Ambos son poco naturales y el resultado de los trastornos mentales. Un hombre no está correctamente adaptado hasta que es un ser feliz, saludable y próspero. Y la felicidad, la salud y la prosperidad son el resultado de la armonía entre su mundo interno y externo, del hombre con su entorno.

Un hombre sólo empieza a ser un hombre cuando deja de lamentarse y maldecir y comienza a buscar la justicia oculta que gobierna su vida. Y a medida que adapta su mente a ese factor gobernante, cesa de acusar a los demás como la causa de su condición y se forja a sí mismo con pensamientos nobles y fuertes. Deja de patear contra las circunstancias y empieza a utilizarlas como ayuda para progresar más rápido y como medio para descubrir el poder y las posibilidades ocultas dentro en sí mismo.

Ley, no confusión, es el principio dominante en el universo. Justicia, no injusticia, es el alma y la esencia de la vida. Y la justicia, no la corrupción, es la fuerza moldeadora y motivadora que gobierna el espíritu del mundo. Siendo esto así, el hombre tiene que corregirse y encontrará que el universo es correcto y durante el proceso de corrección, verá que mientras cambia sus pensamientos hacia las cosas y las demás personas, las cosas y las personas cambiarán respecto a él.

La prueba de esta verdad está en cada persona y por ello puede verificarse fácilmente mediante una introspección sistemática y autoanálisis. Deja que un hombre cambie

radicalmente sus pensamientos y te asombrarás de la rápida transformación que ocurrirá en las condiciones materiales de su vida.

El hombre imagina que puede mantener en secreto sus pensamientos, pero no puede. Se cristalizan rápidamente en hábito y el hábito se solidifica en circunstancias. Los hábitos de embriaguez y sensualidad, toman forma de circunstancias de miseria y enfermedad. Los pensamientos impuros de todo tipo se cristalizan en hábitos de debilidad y confusión, que toman forma de circunstancias perturbadoras y adversas. Pensamientos de miedo, duda e indecisión se cristalizan en hábitos de debilidad, cobardía e inseguridad, que toman forma de circunstancias de fracaso, indigencia y dependencia servil. Pensamientos perezosos se cristalizan en hábitos de desaseo y deshonestidad, que toman forma de circunstancias de inmundicia y mendicidad. Pensamientos de odio y condena se cristalizan en hábitos de acusación y violencia, que toman forma de circunstancias de abuso y persecución. Pensamientos egoístas de todo tipo se cristalizan en hábitos narcisistas, que toman forma en circunstancias de ansiedad.

Por otro lado, bellos pensamientos de todo tipo se cristalizan en hábitos de gracia y bondad, que toman forma de circunstancias agradables y de felicidad. Los pensamientos puros se cristalizan en hábitos de templanza y autocontrol, que toman forma de circunstancias de paz y tranquilidad. Pensamientos de coraje, autosuficiencia, y decisión se cristalizan en hábitos valerosos, que toman forma de circunstancias de éxito, abundancia y libertad.

Pensamientos enérgicos se cristalizan en hábitos de limpieza y laboriosidad, que toman forma de circunstancias placenteras. Pensamientos gentiles y de perdón se cristalizan en hábitos de amabilidad, que toman forma de circunstancias de protección y preservación. Pensamientos de amor y desinteresados se cristalizan en hábitos de desprendimiento, que toman forma de circunstancias de prosperidad perdurable y riqueza verdadera.

Cuando se persiste en una sucesión particular de pensamiento, ya sea bueno o malo, no pueden dejar de producir sus resultados en el carácter y las circunstancias. Una persona no puede escoger directamente sus circunstancias, pero puede escoger sus pensamientos y así, indirectamente, pero sin duda, dar forma a sus circunstancias.

La naturaleza ayuda a cada persona a satisfacer los pensamientos que más anima y le presenta las oportunidades que traigan más rápidamente a la superficie tanto los pensamientos buenos como los malos.

Deja que un hombre detenga sus pensamientos pecaminosos y todo el mundo se suavizará hacia él y estará listo para ayudarlo. Deja que ponga a un lado sus pensamientos débiles y enfermizos y ¡he aquí! las oportunidades surgirán a cada paso para ayudarlo en sus firmes resoluciones. Deja que motive buenos pensamientos y no habrá ninguna fatalidad que lo ate a la miseria y la vergüenza.

El mundo es tu caleidoscopio y las combinaciones de colores diferentes que te presenta a cada momento son las imágenes exquisitamente ajustadas de tus pensamientos siempre en movimiento.

CAPÍTULO 3

EFECTO DEL PENSAMIENTO EN LA SALUD Y EL CUERPO

El cuerpo es el siervo de la mente, obedece a las operaciones de la mente, ya sean elegidas deliberadamente o se expresen de forma automática. Siguiendo los pensamientos equivocados el cuerpo se hunde rápidamente en la enfermedad y el decaimiento; siguiendo pensamientos alegres y bellos se viste de juventud y belleza.

La enfermedad y la salud, al igual que las circunstancias, tienen sus raíces en el pensamiento. Pensamientos enfermizos se expresan a través de un cuerpo enfermo. Los pensamientos de miedo matan a un hombre tan rápido como una bala y continuamente matan a miles de personas con la misma seguridad,

aunque con menor rapidez. Las personas que viven con temor de la enfermedad son las personas que la contraen. La ansiedad rápidamente desmoraliza todo el cuerpo y lo deja abierto a la entrada de la enfermedad; los pensamientos impuros, aun cuando no tengan un origen físico, destruyen el sistema nervioso.

Los pensamientos fuertes, puros y felices ayudan a reconstruir el cuerpo con vigor y gracia. El cuerpo es un instrumento delicado y plástico, que responde rápidamente a los pensamientos que se han impresionado y los hábitos de pensamiento producirán sus propios efectos, buenos o malos, sobre el.

Los hombres seguirán teniendo sangre impura y envenenada mientras sigan manteniendo pensamientos impuros. De un corazón limpio viene una vida limpia y un cuerpo limpio. De una mente contaminada sale una vida contaminada y un cuerpo corrupto. El pensamiento es la fuente de la acción, de la vida y de la manifestación; construya una fuente pura y todo será puro.

Un cambio de dieta no ayudará a un hombre que no va a cambiar sus pensamientos. Cuando un hombre hace su pensamiento puro, ya no desea comida impura.

Si deseas perfeccionar tu cuerpo, cuida tu mente. Si deseas renovar tu cuerpo, embellece tu mente. Pensamientos de malicia, envidia, desilusión, desánimo, le roban al cuerpo su salud y gracia. Una cara amargada no viene por casualidad, se hace por pensamientos amargos. Las arrugas que desfigurán se sienten atraídas por la imprudencia, la pasión, el orgullo.

Conozco a una mujer de noventa y seis años que tiene la

inocente y luminosa cara de una niña. Conozco a un hombre muy por debajo de la mediana edad, cuyo rostro está delineado con inarmónicas líneas. El primero es el resultado de una disposición dulce y alegre; el otro es el resultado de la pasión y el descontento.

Así como no se puede tener un hogar dulce y saludable a menos que entre el aire y el sol libremente en sus habitaciones, un cuerpo fuerte y un semblante brillante, feliz y sereno sólo puede resultar de la entrada libre en la mente de pensamientos de alegría, buena voluntad y serenidad.

En los rostros de los ancianos hay arrugas hechas por simpatía, otras por el pensamiento fuerte y puro, otras son talladas por la pasión. ¿Quién no pueden distinguirlos? Para quienes han vivido con rectitud, la edad es tranquila, pacífica y suavemente suavizada, al igual que la puesta del sol. Recientemente he visto un filósofo en su lecho de muerte. Él no era viejo, excepto en años. Murió tan dulce y pacíficamente como había vivido.

No hay mejor médico que el pensamiento alegre para disipar los males del cuerpo; no hay mejor medicina que la buena voluntad para dispersar las sombras del dolor y la tristeza. Vivir continuamente en pensamientos de mala voluntad, cinismo, desconfianza y envidia, es confinarse a una prisión hecha por sí mismo. Pero pensar bien de todos, ser alegre con todo, pacientemente aprender a encontrar lo bueno en todo y vivir día a día en pensamientos de paz hacia toda criatura, tales pensamientos son las mismas puertas del cielo y traerán abundante paz y felicidad a su poseedor.

CAPÍTULO 4

PENSAMIENTO Y PROPÓSITO

Mientras el pensamiento no esté vinculado con un propósito no hay un resultado inteligente. La mayoría deja que el pensamiento vaya a "la deriva" en el océano de la vida. La falta de propósito es un vicio y no debe continuar para aquel que quiera alejarse de la catástrofe y la destrucción.

Quien no tiene un propósito central de su vida es presa fácil de las preocupaciones, miedos, problemas y de la auto-compasión, los cuales son indicios de debilidad y conducen con absoluta seguridad al fracaso, a la infelicidad y a la pérdida, porque la debilidad no puede persistir en un universo de poder en evolución.

El individuo debe concebir un legítimo propósito en su corazón y disponerse a lograrlo. Debe hacer de este propósito el

punto centralizador de sus pensamientos. Puede tomar la forma de un ideal espiritual o puede ser un objeto mundano, de acuerdo a su naturaleza en el momento. Pero cualquiera que sea, debe enfocar firmemente las fuerzas de su pensamiento sobre el objeto que se ha puesto delante de él. Debe hacer de este propósito su deber supremo y debe dedicarse a su obtención, no permitiendo que sus pensamientos divaguen en efímeras fantasías, anhelos e imaginaciones. Este es el camino real para el autocontrol y la real concentración del pensamiento. Incluso si fracasa una y otra vez en lograr su propósito (como necesariamente debe ser hasta que la debilidad es superada), la fuerza de carácter ganada será la medida de su éxito verdadero y esto va a formar un nuevo punto de partida para el futuro poder y triunfo.

Los que no están preparados para la aprehensión de un gran propósito, deben fijar los pensamientos en la realización perfecta de su trabajo, no importa lo insignificante que pueda parecer su tarea. Sólo de esta manera es posible reunir y centrar los pensamientos y así la resolución y la energía pueden ser desarrolladas y una vez conseguido, no habrá nada que no pueda lograr.

El alma más débil, conociendo su propia debilidad y creyendo esta verdad - *que la fuerza sólo puede ser desarrollada con esfuerzo y práctica*, comenzará de una vez a ejercitarse y añadiendo esfuerzo al esfuerzo, paciencia a la paciencia y fuerza a la fuerza, nunca cesará el desarrollo y al final divinamente se hará fuerte.

Como el hombre físicamente débil puede hacerse fuerte por

mismo en el pensamiento correcto.

Eliminar la falta de propósito y la debilidad y comenzar a pensar con propósito, es entrar en las filas de los fuertes que sólo reconocen el fracaso como una de las vías para conseguir el éxito; que hacen que todas las condiciones les sirvan y que piensan con fuerza, intentan sin miedo y logran con maestría.

Después de haber concebido su propósito, el individuo debe marcar mentalmente una vía recta a su logro, sin mirar ni a la derecha ni a la izquierda. Las dudas y temores deben ser rigurosamente excluidos; ellos son elementos desintegradores que rompen la línea recta del esfuerzo, haciéndola torcida, ineficaz e inútil. Los pensamientos de duda y miedo no logran nada y nunca lo harán. Ellos siempre conducen al fracaso. El propósito, la energía, el poder hacer y todos los pensamientos fuertes cesan cuando la duda y el miedo se infiltran.

La voluntad de hacer surge del conocimiento de que *podemos* hacer. La duda y el miedo son los grandes enemigos del conocimiento y el que los alienta y no los elimina, se encontrará con la frustración a cada paso.

El que ha conquistado la duda y el miedo ha conquistado el fracaso. Cada uno de sus pensamientos está aliado con el poder y todas las dificultades son valientemente enfrentadas y superadas con sabiduría. Sus propósitos son plantados oportunamente y florecen y dan fruto el cual no cae prematuramente al suelo.

El pensamiento aliado sin temor a un propósito se convierte en fuerza creativa. Quien conoce esto está listo para convertirse en algo más alto y más fuerte que un simple conjunto de pensamientos

vacilantes y fluctuantes sensaciones. El que hace esto se ha convertido en el poseedor consciente e inteligente de sus facultades mentales.

CAPÍTULO 5

EL PENSAMIENTO COMO FACTOR DEL ÉXITO

Todo lo que una persona consigue y todo lo que no consigue, es el resultado directo de sus propios pensamientos. En un universo perfectamente ordenado, donde la pérdida de equilibrio significaría la destrucción total, la responsabilidad individual debe ser absoluta.

La debilidad y la fuerza de una persona, la bondad y la maldad son propias y no de otro. Ellos son provocados por sí mismo y no por otra persona y sólo pueden ser alterados por sí mismo, nunca por otro. Su estado es también suyo y no de otro. Su sufrimiento y su felicidad están evolucionando desde dentro. Como

él piensa, así es; como continúe pensando, así permanecerá.

Un hombre fuerte no puede ayudar a uno más débil a menos que el más débil esté dispuesto a ser ayudado e incluso entonces el hombre débil debe aprender a ser fuerte por sí mismo. Él debe, por su propio esfuerzo, desarrollar la fuerza que él admira en otro. Nadie más que él mismo puede alterar su condición.

Ha sido habitual en los hombres pensar y decir, "Muchos hombres son esclavos porque uno es opresor; odiamos al opresor." Sin embargo, ahora, hay una pequeña y creciente tendencia a revertir este juicio, y decir: "Un hombre es opresor porque muchos son esclavos; vamos a despreciar a los esclavos." La verdad es que el opresor y el esclavo son cooperadores en la ignorancia y mientras parece que se castigan el uno al otro, en realidad se castigan a sí mismos. El Conocimiento perfecto percibe la acción de la ley en la debilidad de los oprimidos y el poder mal aplicado del opresor. El Amor perfecto, al ver el sufrimiento que conllevan ambos estados, no condena a ninguno. La Compasión perfecta abraza tanto al opresor como al oprimido.

El que ha conquistado su debilidad y ha dejado a un lado todos los pensamientos egoístas, no pertenece ni a los opresores ni a los oprimidos. Él es libre.

Un hombre sólo puede elevarse, conquistar y tener éxito elevando sus pensamientos. Solo puede seguir siendo débil, abatido y miserable al negarse a elevar sus pensamientos.

Antes de que un individuo pueda lograr cualquier cosa, incluso en las cosas mundanas, tiene que elevar sus pensamientos por encima de toda tendencia animal y servil, sin embargo, él no

puede, con el fin de tener éxito, renunciar a toda la animalidad y el egoísmo, por ningún medio; pero por lo menos debe ser sacrificado una parte de ello. Un hombre cuyo primer pensamiento es de tendencia animal no puede pensar con claridad ni planear metódicamente. No puede encontrar ni desarrollar sus recursos latentes y fracasará en cualquier empresa. Si no comienza con valentía a controlar sus pensamientos, no estará en posición de controlar los asuntos y adoptar responsabilidades serias. Él no está en condiciones de actuar de forma independiente y por sí solo, está limitado sólo por los pensamientos que él elige.

No puede haber progreso, ni logro sin sacrificio. El éxito terrenal de un hombre será en la medida que sacrifica sus confusos pensamientos y fija su mente en el desarrollo de sus planes y el fortalecimiento de su resolución y confianza en sí mismo. Y cuanto más alto eleve sus pensamientos, más fuerte, correcto y justo se convierte; mayor será su éxito, más benditos y perdurables serán sus logros.

El universo no favorece al codicioso, al deshonesto, al vicioso, aunque en la simple superficie a veces puede parecer que lo hace; ayuda a los honestos, al magnánimo, al virtuoso. Todos los grandes maestros de los siglos han declarado esto en diversas formas y para saberlo y comprobarlo un hombre no tiene más que persistir en hacerse más y más virtuoso elevando sus pensamientos.

Los logros intelectuales son el resultado del pensamiento consagrado a la búsqueda del conocimiento o de la belleza y de la verdad de la vida. Tales logros a veces pueden estar conectados con la vanidad y la ambición, pero no son el resultado de esas

características. Ellos son el resultado natural de un arduo esfuerzo y de pensamientos puros y desinteresados.

Los logros espirituales son la consumación de aspiraciones santas. El que vive constantemente en la concepción de pensamientos nobles y elevados, que habita en todo lo que es puro y desinteresado, tan cierto como que el sol alcanza su cenit y la luna se hace llena, llegará a ser sabio y noble de carácter y se elevará en una posición de influencia y buena fortuna.

El éxito, de cualquier tipo, es la corona del esfuerzo, la diadema del pensamiento. Con la ayuda del autocontrol, resolución, pureza, justicia y honradez y pensamientos bien dirigidos el hombre asciende. Con la ayuda de la irracionalidad, indolencia, impureza, corrupción y pensamientos confusos el hombre descende.

Una persona puede elevarse a un mayor éxito en el mundo e incluso a altitudes más elevadas en el ámbito espiritual y descender nuevamente a la debilidad y la miseria si permite que pensamientos arrogantes, egoístas y corruptos tomen posesión de ella.

Las victorias alcanzadas por el pensamiento correcto sólo pueden mantenerse mediante la vigilancia. Muchos detienen sus esfuerzos cuando el éxito está asegurado y rápidamente vuelven a caer en el fracaso. Todos los éxitos, ya sea en los negocios, intelectuales o en el mundo espiritual, son el resultado del pensamiento definitivamente dirigido, se rigen por la misma ley y emplean el mismo método; la única diferencia radica en el objetivo a alcanzar.

El que logra poco debe sacrificar poco. El que quiere lograr

mucho debe sacrificar mucho. El que quiera alcanzar grandezas debe sacrificar enormemente.

CAPÍTULO 6

VISIONES E IDEALES

Los soñadores son los salvadores del mundo. Como el mundo visible es sostenido por el invisible, así los hombres, a través de todas sus pruebas y pecados y sórdidas disposiciones, son superados por las bellas visiones de sus solitarios soñadores. La humanidad no puede olvidar a sus soñadores, no puede dejar que sus ideales se desvanezcan y mueran, viven en ellos. Se les conoce en las realidades las cuales un día serán vistas y conocidas.

Compositor, escultor, pintor, poeta, profeta, sabio, estos son los creadores del más allá, los arquitectos del paraíso. El mundo es más bello porque ellos han vivido; sin ellos la laboriosa humanidad perecería.

El que abraza la esperanza de una hermosa visión, un noble

ideal en su corazón, un día lo manifestará. Colón abrigó la visión de otro mundo y lo descubrió. Copérnico impulsó la visión de una multiplicidad de mundos y un universo más amplio y se reveló. Buda contempló la visión de un mundo espiritual de inmaculada belleza y perfecta paz y entró en él.

Abraza tus visiones. Abraza tus ideales. Abraza la música que se agita en tu corazón, la belleza que se forma en tu mente, la gracia que viste tus más puros pensamientos porque ellos crecerán en condiciones maravillosas, un ambiente celestial; si te mantienes fiel a ellos, tu mundo, al fin se construirá.

Desear es obtener; aspirar es conseguir. ¿Deberán los bajos deseos del hombre recibir la máxima gratificación y sus aspiraciones más puras morir por falta de sustento? Esa no es la Ley. Esa condición nunca ocurrirá - "Pide y recibirás." Ten sueños nobles y como tú sueñes, así llegarás a ser. Tu visión es la promesa de lo que será de un día. Tu ideal es la profecía de lo que llegarás a revelar.

El mayor logro fue al principio y durante un tiempo un sueño. El roble duerme en la bellota; el ave espera en el huevo y en la más alta visión del alma un ángel guardián se mueve. Los sueños son las semillas de la realidad.

Tus circunstancias pueden ser desagradables, pero no permanecerán así por mucho tiempo, si percibes un ideal y te esfuerzas por alcanzarlo. Tú no puedes viajar en el interior y permanecer quieto en el exterior. Aquí está un joven oprimido por la pobreza y el trabajo; confinado largas horas en un taller poco saludable; sin educación y carente de todo el arte del refinamiento.

Pero sueña con cosas mejores. Él piensa en inteligencia, refinamiento, gracia y belleza. Él concibe y mentalmente construye una condición ideal de vida. La visión de una libertad más amplia y mayores esferas toman posesión de él; así el anhelo lo lleva a la acción y utiliza todo su tiempo libre y sus medios, por pequeños que sean, al desarrollo de sus latentes poderes y recursos. Muy pronto su mente ha sido tan alterada que el taller ya no puede contenerlo más. Se ha vuelto tan fuera de armonía con su antigua mentalidad, que su vida cae como una prenda de vestir que es sacada y con la llegada de oportunidades que se ajustan a sus poderes en expansión, ese antiguo ser se desvanece para siempre y nace uno nuevo. Años después vemos a este joven como un hombre adulto. Lo encontramos dueño de ciertas fuerzas mentales que él ejerce con influencia en todo el mundo y con un poder casi inigualable. En sus manos sostiene las cuerdas de las gigantescas responsabilidades; él habla y ¡he aquí! las vidas cambian; los hombres y las mujeres siguen sus palabras y remodelan sus caracteres y como el sol, él se convierte en el centro fijo y luminoso en torno al cual giran innumerables destinos. Se ha realizado la visión de su juventud. Él se ha convertido uno con su ideal.

Y tú también, mi estimado lector, lograrás la visión de tu corazón, ya sea baja o hermosa o una mezcla de ambas, porque tú siempre gravitarás hacia aquello que secretamente más amas. En tus manos se colocarán los resultados exactos de tus propios pensamientos; tú recibirás lo que te has ganado; ni más ni menos. Sea cual sea tu entorno actual, caerá, permanecerá o se elevará con tus pensamientos, tu visión, tu ideal.

Tú te volverás tan pequeño como los deseos que te controlan; tan grande como tu aspiración dominante: en las hermosas palabras de Stanton Kirkham Davis, "Puede que estés trabajando en las cuentas y de pronto debes salir por la puerta que por tanto tiempo ha parecido ser la barrera de tus ideales y te encuentres a ti mismo ante una audiencia – con el lápiz aun detrás de la oreja, las manchas de tinta aun en los dedos - y en ese momento verterás el torrente de tu inspiración. Puedes estar pastoreando ovejas y podrás llegar a la ciudad – campestre y con la boca abierta; vagando bajo la intrépida orientación del espíritu hacia el estudio del maestro y después de un tiempo él te dirá "No tengo nada más que enseñarte". Y entonces te habrás convertido en el maestro, tú, que hace poco soñabas con grandes cosas mientras conducías a las ovejas. Dejarás la sierra y el cepillo para tomar por ti mismo la regeneración del mundo".

El desconsiderado, el ignorante y el indolente, viendo sólo el efecto aparente de las cosas y no las cosas mismas, hablan de suerte, de fortuna y de azar. Cuando ven a un hombre hacerse rico, dicen: "¡Que afortunado es!" Cuando ven a uno convirtiéndose en intelectual, exclaman: "¡Que favorecido es!" Y al notar el carácter santo y la gran influencia de otro, comentarán: "¡Como lo ayuda la suerte a cada momento!" Ellos no ven la pruebas y fracasos, las luchas que esos hombres han encarado voluntariamente con el fin de ganar experiencia; no tienen conocimiento de los sacrificios que han hecho, de los esfuerzos intrépidos que se han propuesto, de la fe que han ejercido para poder lograr lo aparentemente imposible y realizar la visión de su corazón. No conocen la oscuridad y las

angustias; sólo ven la luz y la alegría y lo llaman "suerte"; no ven las largas y arduas jornadas, sólo contemplan el objetivo agradable y lo llaman "buena fortuna"; no entienden el proceso, sólo perciben el resultado y lo llaman "azar".

En todos los asuntos humanos hay esfuerzos y hay resultados y el ímpetu del esfuerzo es la medida del resultado. No es azar. "Regalos", poder, posesiones materiales, intelectuales y espirituales son los frutos del esfuerzo; ellos son pensamientos consumados, objetivos alcanzados, visiones realizadas.

La visión que glorifique en su mente, el ideal que ponga en el trono de su corazón - eso va a construir su vida, eso llegará a ser.

CAPÍTULO 7

SERENIDAD

La calma de la mente es una de las bellas joyas de la sabiduría, es el resultado de un esfuerzo largo y paciente en el autocontrol. Su presencia es un indicio de una experiencia madura y de un mayor conocimiento de las leyes y operaciones del pensamiento.

Un hombre se hace calmado en la medida que se entiende a sí mismo como un ser que evoluciona por el pensamiento, para tal el conocimiento requiere entender a los demás como el resultado del pensamiento y al desarrollar una correcta comprensión y ver cada vez más claramente las relaciones internas de las cosas por la acción de causa y efecto, deja de quejarse y elimina la preocupación y la pena y permanece en equilibrio, firme y sereno.

El hombre calmado después de haber aprendido cómo gobernarse a sí mismo, sabe cómo adaptarse a los demás y ellos a cambio, reverencian su fuerza espiritual y sienten que pueden aprender de él y confían en él. Cuanto más tranquilo sea un hombre, tanto mayor es su éxito, su influencia y su poder para el bien. Incluso el comerciante común verá que aumenta la prosperidad en sus negocios cuando desarrolla un mayor autocontrol y ecuanimidad, porque la gente siempre va a preferir tratar con un hombre cuya conducta es firmemente estable.

El hombre fuerte y calmado es siempre amado y reverenciado. Él es como un árbol que da sombra en una sedienta tierra o una gran roca que da refugio en una tormenta. ¿Quién no ama un corazón tranquilo, un carácter dulce, una vida equilibrada? No importa si llueve o hay sol o qué cambios vienen a aquellos que poseen estas bendiciones, porque siempre serán dulces, serenos y calmados. Aquel exquisito equilibrio de carácter que nosotros llamamos serenidad es la última lección de la cultura; es el florecimiento de la vida, el fruto del alma. Es precioso como la sabiduría, debe ser más deseado que el oro - sí, incluso que el oro fino. ¡Que insignificante se ve la simple búsqueda del dinero en comparación con una vida serena - una vida que habita en el océano de la Verdad, por debajo de las olas, fuera del alcance de las tempestades, en la Calma Eterna!

Cuántas personas conocemos que amargan sus vidas, que arruinan todo lo que es dulce y hermoso por un temperamento explosivo, que destruyen el equilibrio de su carácter y se hacen mala sangre. La gran mayoría de las personas arruinan sus vidas y

estropean su felicidad por la falta de auto-control. Qué poca gente conocemos en la vida que son bien equilibrados, que tienen ese exquisito equilibrio que es característico de un carácter refinado.

Sí, la humanidad emerge con pasión descontrolada, es turbulenta con amargura sin dirección, es lanzada sobre la ansiedad y la duda. Sólo el hombre sabio, sólo aquel cuyos pensamientos están controlados y purificados, hace que los vientos y las tormentas del alma le obedezcan.

Almas azotadas por la tempestad, donde quiera que estén, bajo cualquier condición que vivan, deben saber esto - en el océano de la vida las islas de la Bienaventuranza están sonriendo y la orilla soleada de tus ideales espera tu llegada. Mantén tu mano firme sobre el timón de tus pensamientos. En la barca de tu alma se reclina el Maestro al mando; él lo hace, pero está dormido, despiértalo. El autocontrol es fuerza; El pensamiento correcto es maestría; La calma es poder. Dile a tu corazón, "Paz y quédate quieto"



wisdom collection

Para más Títulos y obras del Nuevo Pensamiento, visita:

[Amazon: Marcela Allen Herrera](#)

www.eligefelicidad.com