

James Allen

COME
PENSI
COSÌ
DIVENTI



James Allen

Come un uomo pensa così diventa

Titolo originale: *As a man thinketh*

Traduzione di Sergio Peterlini

James Allen

Copyright © 1904 James Allen

Copyright © 2024 Edizioni Il Punto d'Incontro

Prima edizione originale pubblicata nel 1902

Edizione italiana pubblicata nell'ottobre 2024 da Edizioni Il Punto d'Incontro s.a.s., Via Zamenhof 685, 36100 Vicenza, tel. 0444239189, fax 0444239266, edizionilpuntodincontro.it

Finito di stampare nell'ottobre 2024 presso LegoDigit, Lavis (TN).
Tutti i diritti riservati. Nessuna parte di quest'opera può essere riprodotta in alcuna forma senza l'autorizzazione scritta dell'editore, a eccezione di brevi citazioni destinate alle recensioni.

ISBN 979-12-5594-107-1

Indice

<i>Cap. 1</i> Pensiero e carattere	11
<i>Cap. 2</i> L'effetto del pensiero sulle circostanze	19
<i>Cap. 3</i> L'effetto del pensiero sulla salute e sul corpo	37
<i>Cap. 4</i> Pensiero e scopo	45
<i>Cap. 5</i> Il pensiero come fattore di raggiungimento	53
<i>Cap. 6</i> Visioni e ideali	63
<i>Cap. 7</i> La serenità	73

La mente è il sommo potere,
che forgia, crea e fa vedere.
L'uomo è la mente, davvero,
e in ogni istante usa
lo strumento del pensiero.

Con le sue intenzioni,
egli crea mille gioie e mille afflizioni.
In segreto pensa e tutto accade:
l'ambiente non è che il suo riflesso.

Introduzione

Questo volumetto, risultato delle mie meditazioni ed esperienze, non intende essere un trattato completo sul tema del potere del pensiero, di cui tanto si è scritto. Suggerisce, piuttosto che spiegare, in quanto il suo obiettivo è stimolare uomini e donne alla scoperta e alla percezione della verità che “essi sono i creatori di loro stessi” in virtù dei pensieri che scelgono e incoraggiano. La mente è il tessitore sia della veste interiore, cioè il carattere, sia della veste esteriore, cioè le circostanze, e se fino ad ora essi hanno vissuto nell’ignoranza e nel dolore, d’ora in poi possono vivere nell’illuminazione e nella felicità.

James Allen

Capitolo 1

Pensiero e carattere

L'aforisma “siamo ciò che pensiamo nei nostri cuori” non abbraccia soltanto la totalità del nostro essere, ma è così vasto da raggiungere ogni condizione e circostanza della nostra vita. Siamo letteralmente *ciò che pensiamo*, poiché il nostro carattere è la somma completa di tutti i nostri pensieri.

Come la pianta origina dal seme e non potrebbe essere altrimenti, così ognuno dei nostri atti origina dai semi nascosti nei nostri pensieri, i quali non avrebbero potuto apparire senza di essi.

Questo si applica in egual modo sia alle azioni definite “spontanee” e “non premeditate”, sia a quelle che vengono eseguite deliberatamente. L'azione è il fiorire del pensiero; la gioia e la sofferenza sono i suoi frutti.

Così l'uomo raccoglie i frutti dolci e amari di ciò che lui stesso ha seminato. Ciò che siamo è costruito dai nostri stessi pensieri, nelle nostre menti. Se nutriamo pensieri ignoranti o malvagi, presto ne seguirà il dolore. Se i nostri pensieri sono salutari e benefici, la gioia ci seguirà, altrettanto sicuramente quanto l'ombra ci segue in un giorno di sole.

La crescita di un uomo segue la legge naturale di causa ed effetto, non è una creazione artificiale, e tale legge è assoluta e senza deviazioni, sia nel regno nascosto del pensiero, sia nel mondo delle cose visibili e materiali.

Un carattere nobile ed elevato non è un arbitrio o un caso fortuito, ma è il risultato naturale dello sforzo continuo nel giusto pensiero, l'effetto dell'aver nutrito a lungo l'associazione con pensieri divini.

Un carattere ignobile e bestiale, per la stessa ragione, è il risultato dell'aver continuato a nutrire pensieri indegni.

Siamo fatti o disfatti da noi stessi; nell'armiera del pensiero l'uomo forgia le armi che usa per distruggersi ed è sempre lui che modella anche gli strumenti che usa per costruire dimore celestiali di gioia, forza e pace.

Con la giusta scelta e la veritiera applicazione del pensiero, l'uomo ascende alla perfezione divina; con l'abuso e l'errata applicazione del pensiero, egli sprofonda al di sotto del livello animale. Tra questi due estremi ci sono tutti i gradi del carattere e l'uomo è il loro creatore e padrone.

Di tutte le magnifiche verità pertinenti all'anima, che sono state ripristinate e riportate alla luce in questa epoca, nessuna è più rallegrante o fruttuosa della promessa divina e della sicurezza di questo: noi siamo i padroni dei nostri pensieri, i forgiatori del nostro carattere, i creatori della nostra condizione, del nostro ambiente e del nostro destino.

Come essere di potere, intelligenza e amore, signore dei suoi pensieri, l'uomo ha la chiave di ogni situazione e contiene in sé stesso quello strumento trasformante e rigenerativo per mezzo del quale può fare di sé ciò che vuole. L'uomo è sempre il padrone, anche nel suo stato più debole e derelitto. Ma nella sua debolezza e degradazione diventa lo sciocco padrone che mal governa la propria casa.

Quando inizia a riflettere sulla sua condizione e indaga diligentemente sulla legge per mezzo della quale è stabilito il suo essere, allora diventa il saggio padrone che dirige le sue energie con intelligenza e modella il pensiero verso risultati fruttuosi.

Tale è il padrone *consco* e l'uomo può diventarlo soltanto scoprendo *all'interno di sé* le leggi del pensiero. E questa scoperta è solo questione di applicazione, autoanalisi e esperienza.

Solo cercando molto e scavando in profondità si ottengono oro e diamanti e voi potrete trovare ogni verità connessa al vostro essere se scaverete profondamente nella miniera della vostra anima.

Il fatto che voi siete il creatore del vostro carattere, colui che plasma la propria vita, il costruttore del vostro destino, vi sarà dimostrato infallibilmente se osserverete, controllerete e altererete i vostri pensieri, osservando i loro effetti su voi stessi, sugli altri, sulla vostra vita e sulle circostanze, collegando causa ed effetto con la paziente pratica e investigazione, utilizzando ogni vostra esperienza, anche la più banale e comune, come mezzo per ottenere quella conoscenza di voi stessi che conduce alla comprensione, alla saggezza e al potere.

In questa direzione, come in nessun'altra, si trova la legge assoluta in base alla quale: "coloro che cercano troveranno; e a chi bussa sarà aperto", poiché soltanto con la pazienza e la pratica incessante l'uomo può entrare nella porta del tempio della conoscenza.

Nota sull'autore

Nato a Leicester nel 1864, James Allen è stato scrittore e filosofo noto per i suoi libri d'ispirazione e di poesia che l'hanno reso un pioniere nel campo dello sviluppo personale.

Questa è la sua opera più nota (*As a man thinketh*), che ha venduto milioni di copie dalla sua pubblicazione nel 1902 ed è stata fonte di ispirazione per molti autori nel campo della ricerca e della crescita personale.



Edizioni Il Punto d'Incontro
Via Zamenhof 685, 36100 Vicenza,
Tel. 0444239189, Fax 0444239266
www.edizionilpuntodincontro.it