

# James Allen

## Você é o resultado do que pensa.

(AS A MAN THINKET)



*Image courtesy of nattavut at FreeDigitalPhotos.net*

[Tradução por Edward Schmitz \(EdwardSchmitz.com\)](http://EdwardSchmitz.com)

Você é o resultado do que pensa. (AS A MAN THINKETH)

Por

JAMES ALLEN

*“Mind is the Master power that moulds and makes,  
And Man is Mind, and evermore he takes  
The tool of Thought, and, shaping what he wills,  
Brings forth a thousand joys, a thousand ills:  
He thinks in secret, and it comes to pass:  
Environment is but his looking-glass.”*

*“A mente é o poder principal que molda e realiza,  
e o ser humano é mente, e quanto mais ele usa  
a ferramenta do pensamento, e, moldando o que deseja,  
Gera milhares de alegrias e milhares de doenças:-  
Ele pensa em segredo, e logo se realiza:  
A realidade não é nada mais do que a lente de seu olhar.”*

Copyright © desta tradução: Edward Schmitz

[www.edwardschmitz.com](http://www.edwardschmitz.com)

## Conteúdo

|                                                   |    |
|---------------------------------------------------|----|
| PRÓLOGO .....                                     | 5  |
| PENSAMENTO E CARÁTER.....                         | 6  |
| EFEITOS DO PENSAMENTO SOBRE AS CIRCUSTÂNCIAS..... | 9  |
| E EFEITO DO PENSAMENTO NA SAÚDE E NO CORPO.....   | 18 |
| PENSAMENTO E PROPÓSITO. ....                      | 20 |
| O PENSAMENTO COMO FATOR NA REALIZAÇÃO .....       | 22 |
| VISÕES E IDEAIS.....                              | 25 |
| SERENIDADE.....                                   | 28 |
| <br>                                              |    |
| VERSÃO ORIGINAL EM INGLÊS.....                    | 30 |
| FOREWORD .....                                    | 30 |
| THOUGHT AND CHARACTER .....                       | 31 |
| EFFECT OF THOUGHT ON HEALTH AND THE BODY.....     | 41 |
| THOUGHT AND PURPOSE .....                         | 43 |
| THE THOUGHT-FACTOR IN ACHIEVEMENT .....           | 45 |
| VISIONS AND IDEALS .....                          | 48 |
| SERENITY .....                                    | 51 |



James Allen (28 de Novembro de 1864 – 24 de Janeiro de 1912) foi um escritor e filósofo Britânico conhecido por seus livros inspiradores e poesia. Foi o pioneiro no movimento de livros de autoajuda. Seu trabalho mais conhecido, *As a Man Thinketh*, foi produzido em grande escala desde sua publicação em 1903. Ele foi uma fonte de inspiração fundamental para diversos autores no campo da autoajuda. Hoje seus livros estão em domínio publico.

## PRÓLOGO

Este livro, resultado do estudo e experiência, não tem como objetivo ser um trabalho final sobre tantas coisas que já foram escritas sobre o poder do pensamento. É um trabalho mais sugestivo do que uma explicação, e meu objetivo é estimular o homem e a mulher para a descoberta e percepção da seguinte verdade:

***“Somos nós mesmos os criadores de nós mesmos.”***

Através do controle de nossos pensamentos, que escolhemos e encorajamos, em que a mente é o poder criador, tanto de nossa realidade interna como das circunstâncias externas, e este poder, que usamos até o momento para criar ignorância e dor, possamos daqui para frente usar para criar a iluminação e felicidade.

James Allen.  
Broad Park Avenue,  
Ilfracombe,  
Inglaterra.

## PENSAMENTO E CARÁTER

O aforismo, “Assim como o homem pensa em seu coração, assim ele é” não apenas demonstra a essência do ser humano, mas também indica o impacto em todas as condições e circunstâncias de sua vida. O ser humano é literalmente, o que pensa e seu caráter é a soma completa de todos os seus pensamentos.

Assim como a planta nasce da semente, da mesma forma todo ato humano nasce de uma semente de pensamento escondido, e não poderia ter surgido sem ele. Isto se aplica tanto para os atos chamados de espontâneos ou inconscientes, como para os que são executados conscientemente.

O ato é o fruto do pensamento, e alegria ou sofrimento são seus frutos, então o ser humano colhe frutos doces ou amargos provenientes do que ele mesmo cultivou.

***"Thought in the mind hath made us, What we are  
By thought was wrought and built. If a man's mind  
Hath evil thoughts, pain comes on him as comes  
The wheel the ox behind....***

***..If one endure  
In purity of thought, joy follows him  
As his own shadow--sure."***

***"Os pensamentos de nossas mentes nos criaram, O que somos  
Por pensamentos foi trabalhado e construído. Se a mente de um homem  
Possuiu pensamentos maus, a dor virá para ele da mesma forma  
Que a roda da carruagem vem atrás do cavalo...***

***...se ele resiste  
Na pureza de pensamento, alegria vai segui-lo  
Como sua própria sombra – certamente."***

O homem está evoluindo por lei e não é uma criação do acaso, e a lei de causa e efeito é tão válida e certa no mundo oculto dos pensamentos como é no mundo das coisas visíveis e materiais.

Um ser nobre e criado a semelhança de Deus não é uma criatura do capricho ou do acaso, mas é o resultado natural do esforço contínuo de pensar corretamente, o efeito de um trabalho longo, dedicado e associado com pensamentos puros. Um caráter ignorante e bestial, pelo mesmo processo, é o resultado do abrigo contínuo de pensamentos negativos.

O ser humano é feito ou desfeito por si mesmo; na casa de armas do pensamento ele forja as armas pelas quais destrói a si mesmo; e também desenvolve as ferramentas com as quais ele constrói para si mansões celestes de alegria, força e paz. Pela escolha correta e sincera aplicação dos pensamentos, o ser humano ascende para a perfeição divina; pelo abuso e aplicação incorreta dos pensamentos, ele desce a um nível inferior ao da besta. Entre estes dois extremos estão todos os níveis de caráter e o ser humano é o seu criador e mestre.

De todas as mais belas verdades pertinentes a alma que foi restaurada e trazida à luz nesta era, nenhuma é mais regozijante ou cheias de frutos de uma divina promessa e confiança que esta: o ser humano é o mestre do pensamento, o formador de seu caráter, e o criador e modelador de suas condições, ambiente e destino.

Como um ser de poder, inteligência e amor, e senhor de seus próprios pensamentos, o ser humano tem nas mãos a chave para toda a situação, e possui em si mesmo o agente transformador e regenerativo pelo qual ele pode criar para si mesmo o que deseja.

O ser humano é sempre o mestre, mesmo nas suas condições mais fracas e abandonadas; mas em sua fraqueza e degradação ele é o mestre tolo que desgoverna sua própria casa. Quando ele inicia uma reflexão sobre a sua própria condição, e procura diligentemente pela lei na qual seu ser está estabelecido, ele então se torna um sábio mestre, dirigindo suas energias com inteligência, e criando pensamentos para propósitos frutíferos. Assim é o mestre consciente, e o ser humano apenas pode tornar-se um, descobrindo, por si mesmo, as leis do pensamento; e descobrir é apenas uma questão de aplicação, autoanálise e experiência prática.

Apenas procurando muito e garimpando, é que ouro e diamantes são obtidos, e o ser humano pode encontrar qualquer verdade ligada ao seu ser, somente se ele mergulhar profundamente nas minas de sua alma; e assim ele é o fabricante de seu caráter, o moldador de sua vida, e o construtor de seu

destino, ele pode inequivocadamente provar, se ele observar, controlar, e alterar seus pensamentos, avaliando seus efeitos sobre si mesmo, sobre os outros, e sobre sua vida e circunstâncias, fazendo a conexão entre causa e efeito com paciente prática e investigação, e utilizando toda sua experiência, mesmo a mais trivial ocorrência cotidiana, com o objetivo de obter o conhecimento de si mesmo que é o **Entendimento, Sabedoria e Poder**. Nesta direção, descartando qualquer outra, está à lei absoluta que *“Aquele que procura, acha; e ao que bater, se lhe abrirá;”* porque somente com paciência, prática, e incessante insistência pode um homem entrar pela porta do Templo do Conhecimento.



## EFEITOS DO PENSAMENTO SOBRE AS CIRCUSTÂNCIAS

A mente do ser humano pode ser comparada com um jardim, que pode ser inteligentemente cultivada ou ser deixada sem cuidados; mas seja ela cultivada ou negligenciada, deve, e irá gerar resultados. Se nenhuma semente útil for cultivada, então sementes de ervas daninhas serão depositadas e irá produzir apenas mato.

Somente um jardineiro cultiva seu destino, mantendo livre de mato, cultivando flores e frutos que ele necessita, então nós devemos cuidar do jardim de nossa mente, arrancando tudo o que é ruim, sem valor, e pensamentos impuros, e cultivar na direção de aperfeiçoar as flores e frutos corretos, úteis e de pensamentos puros. Buscando este processo, o ser humano mais cedo ou mais tarde descobrirá que ele é o Mestre jardineiro de sua alma, o diretor de sua vida. Ele também revelará, dentro de si mesmo, as leis do pensamento, e compreenderá, com crescente clareza, como os pensamentos-força e elementos mentais operam na constituição de seu caráter, circunstâncias e destino.

Pensamento e caráter são um, e como um caráter somente pode se manifestar e descobrir-se através do ambiente e circunstâncias da vida, a condição externa da vida de uma pessoa estará sempre harmoniosamente relacionada com o seu estado interno. Isto não significa que as circunstâncias de uma pessoa num determinado momento são a indicação completa de seu caráter, mas que aquelas circunstâncias estão intimamente ligadas com algum elemento-pensamento vital, naquela fase de vida, que são indispensáveis para o seu desenvolvimento.

Toda a pessoa encontra-se na situação atual devido às leis de seu próprio ser; os pensamentos que ele construiu em seu caráter trouxe ele até aqui, e na organização de sua vida não existe nenhum elemento do acaso, mas tudo é o resultado de uma lei que não falha. Isto é tão verdadeiro para aqueles que se sentem “fora de harmonia” com o seu meio como para aqueles que se sentem perfeitamente felizes onde estão.

Sendo um ser em progresso e evolução, o ser humano está na situação atual para que aprenda que pode crescer; na medida em que ele aprende as lições

espirituais que cada circunstância apresenta para si, ele supera e dá espaço para novas circunstâncias.

O ser humano está sujeito às circunstâncias na medida em que ele acreditar que é uma criatura fruto das condições externas, porém, quando compreender que ele é o poder criador, e que pode comandar o solo e as sementes que estão ocultos em seu ser para fora destas circunstâncias, então se tornará o mestre de si mesmo.

Todo o homem que praticou o autocontrole e autopurificação sabe que as circunstâncias podem se alterar com o pensamento, pois ele percebe que suas circunstâncias se alteram na mesma proporção que sua nova condição mental. Isto é tão verdadeiro que quando um homem de maneira sincera procura corrigir os defeitos de seu caráter, faz mudanças e percebe progresso, ele passa rapidamente através de uma sucessão de vicissitudes.

A alma atrai o que ela secretamente abriga, tanto o que secretamente ama, como aquilo que teme. Alcança o mais alto de suas almejadadas aspirações; e cai no nível de seus desejos impuros, e as circunstâncias são os meios pelos quais a alma recebe a si mesma.

Todo o pensamento-semente cultivado ou que se permite colocar na mente, fixar raiz ali e se multiplicar, irá florescer mais cedo ou tarde numa ação, trazendo sua própria colheita de oportunidades e circunstâncias. Bons pensamentos trazem bons frutos, maus pensamentos trazem maus frutos.

O mundo externo das circunstâncias molda a si mesmo conforme o mundo interno dos pensamentos, e tanto as condições externas agradáveis e desagradáveis são fatores, criadas para o benefício do indivíduo. Como ceifeiro de sua própria plantação, o ser humano aprende através do sofrimento e prazer.

Seguindo os mais profundos desejos, aspirações, pensamentos, pelos quais permite ser dominado, (cedendo ao fogo-fátuo de imaginações impuras ou persistentemente caminhando na autovia de fortes e altos esforços), o homem finalmente recebe os frutos que se cumprem nas condições externa de sua vida. Sempre se cumprirá a lei do aprimoramento e ajuste em todos os lugares.

Um homem não vai parar num abrigo de indigentes ou numa prisão devido à tirania do destino ou circunstâncias, mas pela trilha de pensamentos negativos e desejos inferiores. Nem o homem de mente pura cai repentinamente no crime simplesmente devido a forças externas. A mente criminal foi por longo tempo alimentada secretamente no coração e o momento da oportunidade revelou o seu acumulado poder. As circunstâncias não fazem o homem, ela se revela para ele. Não existe tal condição de cair no vício e este homem previamente não possui a inclinação, ou crescer na virtude e felicidade sem o continuo cultivo de aspirações virtuosas; e o homem, portanto, como mestre e senhor dos pensamentos, é quem cria a si mesmo, o moldador e autor das circunstâncias. Mesmo no nascimento a alma vem a si e através de cada passo de sua peregrinação terrena atrai as combinações de condições que se revelará a si mesma, que é o reflexo de sua própria pureza e impureza, força e fraqueza.

Os homens não atraem o que desejam, mas aquilo que eles são. Seus caprichos, fantasias e ambições são frustrados a cada passo, porém seus mais profundos pensamentos e desejos são alimentados com sua própria comida, seja imunda ou pura. A divindade que nos molda até o fim está dentro de nós; somos nós mesmos. É o ser humano que se algema a si mesmo: Pensamento e ação são os carcereiros do destino. Eles aprisionam, sendo inferiores; mas também são os anjos da liberdade, eles liberam quando são pensamentos nobres. Não é pelo que reza e deseja que o homem recebe, mas o que realmente merece. Seus desejos e orações são apenas gratificados e atendidos quando eles estão em harmonia com seus pensamentos e ações.

A luz desta verdade, qual então é o significado da frase; “lutar contra as circunstâncias?” Significa que o homem está continuamente se revoltando contra um efeito, enquanto o tempo todo ele está nutrindo e preservando a causa dentro de seu coração. Esta causa pode tomar a forma de um vício consciente ou uma fraqueza inconsciente; mas seja lá o que for, teimosamente retarda os esforços de seu possuidor, e assim este clama alto por remédio.

O ser humano está ansioso por melhorar suas circunstâncias, mas não está disposto a melhorar a si próprio; está, portanto, preso.

O homem que abraça a sua autocrucificação nunca falhará em conquistar o objeto em que seu coração reside. Isto é tanto verdade para coisas materiais como espirituais. Mesmo o homem que somente deseja adquirir riqueza deve estar preparado a fazer sacrifícios pessoais antes que possa atingir seu

objetivo; E quanto mais seria necessário para que ele possa alcançar uma vida forte e equilibrada?

Veja o exemplo de um homem que é miseravelmente pobre. Ele está tão ansioso em melhorar sua vida e confortos caseiros, mas a todo o momento foge do trabalho e considera-se justificado em enganar seu patrão em razão de seu pequeno salário. Este homem não compreende nem o mais simples rudimento destes princípios que são as verdadeiras bases da prosperidade, e não é apenas totalmente desqualificado para sair de sua miséria, mas está em realidade atraindo para si uma miséria ainda mais profunda por abrigar e externar pensamentos preguiçosos, desonestos e covardes.

Veja o exemplo de um homem rico que é vítima de uma doença dolorosa e persistente devido à gula. Ele está disposto a pagar altos valores para se livrar da doença, mas não que sacrificar os seus desejos de gluttonia. Ele quer gratificar seu paladar com iguarias ricas e não naturais e ainda assim manter sua saúde. Este homem é totalmente incompatível com a saúde, porque não aprendeu os princípios básicos para uma vida saudável.

Veja o exemplo de um patrão que adota medidas ilegais para não pagar os salários obrigatórios e na esperança de fazer lucro reduz o salário de seus trabalhadores. Este homem é incompatível com a prosperidade, e quando se encontrar falido tanto financeiramente como de sua reputação, irá culpar as circunstâncias, sem saber que apenas ele é o responsável por sua condição.

Eu apresentei estes três casos apenas como mera ilustração sobre a verdade de que o homem é o causador (quase sempre inconscientemente) de suas circunstâncias, e desta forma, embora almejando um final feliz, ele está continuamente frustrando sua meta por encorajar pensamentos e desejos que não podem se harmonizar com o fim desejado. Estes exemplos poderiam ser variados indefinidamente, mas isto não é necessário, uma vez que o leitor pode, se assim decidir, traçar as ações da lei do pensamento sobre sua própria mente e vida, e até que isto seja feito, apenas fatos externos não servirão como base para o entendimento.

Circunstâncias, entretanto, são tão complicadas, os pensamentos estão tão profundamente enraizados, e as condições para a felicidade variam tanto para cada indivíduo, que toda a condição da alma do homem (apesar de poder ser conhecida por si mesmo) não pode ser julgada por outro indivíduo somente do ponto de vista externo de sua vida.

O homem pode ser honesto em certas direções, e ainda assim sofrer privações; o homem pode ser desonesto em certas direções, e ainda assim adquirir riqueza; mas a conclusão usualmente formada de que o homem fracassa devido a sua particular honestidade, e que o outro prospera devido a sua particular desonestidade, é o resultado de um julgamento superficial, o qual assume que o desonesto é totalmente corrupto e que o honesto é totalmente virtuoso. Sob a luz do entendimento e maior experiência este julgamento é incorreto. O homem desonesto pode ter algumas admiráveis virtudes que o outro não possui; e os vícios detestáveis do homem honesto estão ausentes no outro. O homem honesto recebe os bons resultados de seus pensamentos e atos honestos; ele também recebe sobre si os sofrimentos que seus vícios produzem. O homem desonesto da mesma forma recebe seus próprios sofrimentos e felicidades.

É agradável ao orgulho humano acreditar que uma pessoa sofre por causa da virtude do outro; mas não até o homem ter extirpado cada sufocante, amargo e impuro pensamento de sua mente, e lavado cada mancha de pecado de sua alma, estará ele na posição de saber e declarar que seu sofrimento é resultado de seu bem, e não de suas más qualidades; e neste caminho, muito antes de ter atingido esta suprema perfeição, ele terá encontrado, trabalhando em sua mente e vida, a grande lei que é absolutamente justa, e que não pode portanto, dar o bem para o mau, e o mal para o bom. Possuidor de tal conhecimento, ele então saberá, olhando para trás em seu passado ignorante e cego, que sua vida é e sempre foi, justamente ordenada, e que toda a sua experiência passada, boa ou má, foi o justo resultado de sua evolução, de um ser ainda em evolução.

Bons pensamentos e ações nunca irão produzir maus resultados; maus pensamentos e ações nunca irão produzir bons resultados. Isto é o mesmo que dizer que nada pode vir do milho, senão milho, nada pode vir de espinhos senão espinhos. O homem compreende isto no mundo material e trabalha de acordo, mas pouco compreende isto no mundo mental e moral (apesar disto operar de maneira tão simples e certa), e ele, entretanto, não coopera com esta lei.

O sofrimento é sempre o efeito do pensamento errado em determinada direção. É uma indicação de que o indivíduo está fora de harmonia consigo mesmo, com a lei do seu ser. O único e supremo propósito do sofrimento é purificar, queimar tudo o que é inútil e impuro. O sofrimento cessa para quem

é puro. Não existe nenhum propósito em refinar o ouro com fogo quando este estiver livre de impureza, e um ser totalmente puro e iluminado não poderia sofrer.

As circunstâncias que o homem recebe com o sofrimento, são o resultado de sua própria harmonia mental. As circunstâncias, que o homem recebe com bênçãos, são o resultado de sua própria harmonia mental. Bênçãos, não posses materiais, são a medida de pensamentos corretos; infelicidade, e não a falta de bens materiais, são a medida dos pensamentos incorretos. O homem pode ser amaldiçoado e rico, pode ser abençoado e pobre. Bênçãos e riquezas estão juntas apenas quando a riqueza é usada sabiamente e corretamente; e o homem pobre somente é miserável quando ele acredita que sua sorte é um fardo imposto injustamente.

Indigência e indulgência são dois níveis extremos de miséria. Ambos são igualmente não naturais e o resultado de desordem mental. O ser humano não estará equilibrado enquanto não for feliz, saudável e próspero; e felicidade, saúde e prosperidade são os resultados de um ajuste harmonioso do interior com o exterior, do homem com os seus arredores.

Um ser humano apenas ser torna humano quando ele cessa de reclamar e insultar e começa a procurar a justiça oculta que regula sua vida. E na medida em que adapta a sua mente ao fator regulador, ele para de acusar os outros como a causa de sua condição, e muda seu comportamento com fortes e nobres pensamentos; ele para de brigar contra as circunstâncias, e começa a usar as circunstâncias como ferramentas para o seu mais rápido progresso, e como meio para descobrir o seu poder interior e as possibilidades dentro de si.

A lei, não a confusão, é o princípio dominante do universo; justiça e não injustiça, é a alma e substância da vida; e honestidade e não a corrupção, é o arquétipo e força movente no governo espiritual do mundo. Sendo assim, o homem tem o dever de perceber que o universo é justo, e que durante o processo de corrigir-se ele irá aprender que na medida em que ele altera os seus pensamentos a respeito das coisas e pessoas, as situações e pessoas irão se alterar perante ele.

A prova para esta verdade está dentro de cada ser humano, e isto pode ser comprovado através da investigação pela sistemática introspecção e autoanálise. Se um homem radicalmente alterar seus pensamentos, ele ficará surpreso com a rápida transformação que irá ocorrer nas condições materiais

de sua vida. O ser humano acredita que os pensamentos podem ser mantidos em segredo, mas não podem; pois rapidamente se cristalizam num hábito, e os hábitos se solidificam em circunstâncias.

Pensamentos bestiais se cristalizam em hábitos de vícios e sensualidade, que se solidificam em circunstâncias de penúria e doença.

Pensamentos impuros de qualquer tipo se cristalizam em hábitos desgastantes e confusos, que se solidificam em distrações e circunstâncias diversas.

Pensamentos de medo, dúvida e indecisão se cristalizam em hábitos de fraqueza, covardia e procrastinação que se solidificam em circunstâncias de fracasso, pobreza e dependência crônica.

Pensamentos preguiçosos se cristalizam em hábitos de falta de clareza e desonestidade, que se solidificam em circunstâncias de tolice e extrema pobreza.

Pensamentos de ódio e condenação se cristalizam em hábitos de acusação e violência, que se solidificam em circunstâncias de injúria e perseguição.

Pensamentos egoístas de qualquer tipo se cristalizam em hábitos de pensar apenas em si, que se solidificam em circunstâncias de mais ou menos sofrimento.

Por outro lado, pensamentos belos de todo o tipo se cristalizam em hábitos de graça e gentileza, que se solidificam em circunstâncias de cordialidade e iluminação.

Pensamentos puros se cristalizam em hábitos de temperança e autocontrole, que se solidificam em circunstâncias de calma e paz.

Pensamentos de coragem, e autoconfiança e determinação se cristalizam em hábitos virtuosos que se solidificam em circunstâncias de sucesso, abundância e liberdade.

Pensamentos de dinamismo se cristalizam em hábitos de clareza e execução, que se solidificam em circunstâncias de satisfação.

Pensamentos de gentileza e perdão se cristalizam em hábitos de respeito, que se solidificam em circunstâncias de proteção e preservação.

Pensamentos de amor e altruísmo se cristalizam em hábitos de autoesquecimento em favor dos outros, que se solidificam em circunstâncias de certa e crescente prosperidade e verdadeiras riquezas.

Qualquer sucessão persistente de pensamentos, sejam eles bons ou maus, não falharão em produzir seus resultados na pessoa e suas circunstâncias. O ser humano não pode, diretamente, escolher estas circunstâncias, mas pode escolher seus pensamentos, então indiretamente, com toda a certeza, irá moldar suas circunstâncias.

A natureza sempre ajuda o ser humano na gratificação dos pensamentos que ele mais nutre, desta forma serão apresentadas oportunidades que irão rapidamente trazer à tona tanto os pensamentos bons como os maus.

Se o ser humano abandonar pensamentos negativos, então o mundo todo ficará mais suave e estará pronto para ajudá-lo; se ele deixar de lado pensamentos doentios e de fraqueza, oportunidades irão surgir por todos os lados para suportar suas firmes decisões; se ele encorajar bons pensamentos, nenhuma fatalidade irá atá-lo à miséria e à vergonha. O mundo é o seu caleidoscópio, e a combinação de cores, que a cada momento se apresenta para você é o maravilhoso ajuste de imagens de seus próprios turbilhões de pensamentos.

***"So You will be what you will to be;  
Let failure find its false content  
In that poor word, 'environment,'  
But spirit scorns it, and is free.***

***"It masters time, it conquers space;  
It cowers that boastful trickster, Chance,  
And bids the tyrant Circumstance  
Uncrown, and fill a servant's place.***

***"The human Will, that force unseen,  
The offspring of a deathless Soul,  
Can hew a way to any goal,  
Though walls of granite intervene.***

***"Be not impatient in delays  
But wait as one who understands;***



*When spirit rises and commands  
The gods are ready to obey."*

*"Então Você será o que você deseja ser;  
Deixe o fracasso encontrar seu falso conteúdo  
Naquela palavra pobre "ambiente"  
Mas o espírito desdenha dela, e está livre.*

*Ele domina o tempo, conquista o espaço;  
Ele encurrala aquele arrogante impostor, O acaso,  
E ordena ao tirano "Circunstancias"  
Descoroadado, a assumir o assento de servo.*

*A vontade humana, aquela força invisível,  
A prole de uma alma imortal,  
Pode abrir caminho para qualquer objetivo,  
Mesmo que paredes de granito interfiram*

*Não impaciente a atrasos  
Mas aguarda como aquele que compreende;  
Quando um espírito se levanta e ordena  
Os deuses estão prontos para obedecer.*

## **EFEITO DO PENSAMENTO NA SAÚDE E NO CORPO.**

O corpo é o servo da mente. Ele obedece aos comandos da mente, mesmo que escolhidos conscientemente ou de maneira automática. Quando ordenado por pensamentos negativos o corpo afunda rapidamente na doença e na decadência; ao comando de pensamentos positivos será revestido com juventude e beleza.

Doença e saúde, como as circunstâncias, estão enraizadas no pensamento. Pensamentos doentes irão se expressar num corpo doente. Sabe-se que pensamentos de medo podem matar um homem tão rapidamente como um projétil, e eles estão continuamente e certamente matando milhares de pessoas embora menos rapidamente. As pessoas que vivem com medo da doença são as pessoas que ficam doentes. A ansiedade rapidamente desmoraliza o corpo todo, e abre as portas para a doença; enquanto existir pensamentos impuros, mesmo que não impostos fisicamente, em breve irão atacar o sistema nervoso.

Pensamentos fortes, puros e felizes constroem um corpo vigoroso e gracioso. O corpo é um instrumento maleável e delicado, que responde rapidamente aos pensamentos pelos quais for impresso, e hábitos de pensamentos irão produzir seus próprios efeitos, bons ou maus, sobre ele.

O ser humano terá um sangue envenenado e impuro, enquanto propagar pensamentos impuros. De um coração puro surge uma vida pura e um corpo puro. De uma mente poluída surge uma vida poluída e um corpo decadente. O pensamento é a fonte da ação, vida e manifestação; torne a fonte pura e tudo será puro.

A mudança da dieta não irá ajudar a pessoa que não alterar seus pensamentos. Quando uma pessoa torna seus pensamentos puros, não irá mais desejar alimentos impuros.

Pensamentos puros criam hábitos puros. Os ditos santos que não lavam o seu corpo não são santos. Aquele que fortificou e purificou seus pensamentos não precisa se preocupar com micróbios.

Se você deseja proteger o seu corpo, guarde sua mente. Se você deseja renovar seu corpo, embeleze sua mente. Pensamentos de malícia, inveja, desapontamento, depressão, assalta o corpo de sua saúde e graça. Um rosto depressivo não ocorre por acaso; é criado por pensamentos depressivos. Rugas que desfiguram são causadas pela estupidez, paixão e orgulho.

Eu conheço uma mulher de noventa e seis anos que tem o brilho, e o rosto inocente de uma menina. Eu conheço um homem bem abaixo da meia idade cuja face está desfigurada por contornos desarmoniosos. Um é resultado de predisposições doces e iluminadas; o outro é o fruto da paixão e descontentamento.

Você não pode ter uma residência saudável e agradável a não ser que permita que seja arejada e entre luz nos quartos, da mesma forma um corpo forte e jovial, feliz e sereno somente poderá ser resultado da livre admissão na mente de pensamentos de felicidade, boa vontade e serenidade.

Na face dos mais velhos existem rugas marcadas pela simpatia, outros devido a pensamentos fortes e puros e outros marcados pelas paixões: Quem não é capaz de distingui-los? Aqueles que viveram de maneira correta, a velhice é calma, pacífica, e agradavelmente amadurecida, como o pôr do sol. Recentemente eu visitei um filósofo em seu leito de morte. Ele era velho apenas na idade. Morreu de maneira doce e pacífica da mesma forma que viveu.

Não existe melhor médico que pensamentos positivos para afastar as doenças do corpo; não existe conforto comparável com a boa vontade em afastar as sombras da dor e tristeza. Viver continuamente em pensamentos de má vontade, cinismo, suspeita e inveja, é estar confinado a uma prisão construída por você mesmo. Mas pensar bem de tudo, ser otimista com tudo, pacientemente aprender a encontrar o bem em tudo --- tal pensamento altruísta é o próprio portal para o céu; e viver dia após dia em pensamentos de paz em relação a toda a criatura irá trazer paz abundante para você.

## PENSAMENTO E PROPÓSITO.

ATÉ o pensamento estar ligado com propósitos não haverá conquistas inteligentes. A grande maioria permite que os ruídos dos pensamentos fiquem à deriva no oceano da vida. **A falta de propósito é um vício**, e tal condição não pode continuar para aquele que desejar acertar o prumo para longe da catástrofe e destruição.

Aqueles que não possuem um propósito central e suas vidas são presas fáceis de preocupações mesquinhas, medos, problemas e autopiedade, sendo tudo isto indicação de fraqueza, que leva, tão certo quanto pecados deliberadamente planejados (apesar de por vias diferentes), ao fracasso, infelicidade, e perda, porque a fraqueza não pode persistir num universo de poder evolutivo.

O Homem deve possuir um legítimo propósito em seu coração, e dedicar-se a realizá-lo. Ele deve fazer deste propósito o ponto central de seus pensamentos. Pode assumir a forma de um ideal espiritual, ou pode ser um objeto mundano, de acordo com sua natureza no momento de existência; mas qualquer que seja, ele deve consistentemente focar seu pensamento-força sobre este objeto, que definiu para si. Ele deve fazer deste propósito seu dever supremo, e deve dedicar a si mesmo para atingi-lo, não permitindo que seus pensamentos sejam desviados para fantasias efêmeras, anseios e imaginações. Este é o caminho real para o autocontrole e a verdadeira concentração de pensamentos. Mesmo que ele falhe diversas vezes em atingir seu propósito (como é necessário até que supere a fraqueza), a força de caráter que ganhará será medida pelos seus verdadeiros sucessos, e isto irá formar um novo ponto de partida para futuro poder e triunfo.

Aqueles que não estão preparados para o desafio de grandes propósitos devem fixar seus pensamentos sobre a perfeita execução de seus deveres, não importa o quão insignificante as tarefas sejam. Somente desta forma os pensamentos podem se tornar coesos e com foco, resultados e energia são desenvolvidas, e uma vez realizadas, não existirá mais nada que não possa atingir.

A alma mais fraca, conhecendo sua própria fraqueza, e acreditando nesta verdade, *que a força só pode ser desenvolvida pelo esforço e prática*, irá então

se esforçar, e adicionando esforço após esforço, paciência após paciência, força após força, jamais cessará de melhorar, e irá finalmente crescer divinamente forte.

Da mesma forma que um homem fraco pode se tornar forte através do cuidadoso e paciente treino, também o homem de pensamentos fracos pode fazê-los fortes, exercitando-se no correto pensar.

Deixar de lado a falta de propósito e a fraqueza e começar a pensar com propósito, é entrar no ranking dos fortes que reconhecem a derrota como um dos caminhos para realização; que fazem de tudo para atingir, e que pensa com vigor, empreendem sem medo e alcançam com maestria.

Tendo concebido o seu propósito, o homem deve mentalmente marcar um caminho reto para a sua realização, não desviando o seu olhar nem para a direita nem para a esquerda. Dúvidas e medos devem ser rigorosamente excluídos; estes são elementos desintegrantes, que quebram a linha reta do esforço, tornando-a torta, ineficaz, inútil. Pensamentos de dúvida e medo nunca realizam nada, e nunca podem realizar. Eles sempre levam ao fracasso. Propósito, energia e poder de realização, e todo pensamento forte cessam quando a dúvida e o medo surgem.

A vontade em realizar surge do conhecimento de que PODEMOS fazer. Dúvida e medo são os grandes inimigos do conhecimento, e aquele que os encoraja, e que não os massacra, frustra-se a cada passo.

Aquele que dominou a dúvida e o medo venceu o fracasso. Cada pensamento seu está alinhado com poder, e qualquer dificuldade são bravamente encaradas e sabiamente superadas. Seus propósitos são cultivados, e eles florescem e trazem bons frutos, que não caem prematuramente no solo.

Pensamento destemido aliado com propósito torna-se uma força criativa: aquele que SABE isto está pronto para se tornar algo superior e mais forte que meros pensamentos oscilantes e sensações efêmeras; aquele que FAZ isto se tornou o controlador consciente e inteligente de seus poderes mentais.

## O PENSAMENTO COMO FATOR NA REALIZAÇÃO

Tudo o que um homem alcança e tudo o que ele não consegue alcançar é o resultado direto de seus próprios pensamentos. Em um universo perfeitamente ordenado, onde a perda de propósito significaria total destruição, a responsabilidade individual deve ser absoluta. A fraqueza e força de um homem, a pureza e impureza, pertencem a ele mesmo, e não a outro homem; foram criadas por ele mesmo, e não por outro; e somente pode ser alterada por ele mesmo, não por outra pessoa. Sua condição também é sua, e não de outra pessoa. Seu sofrimento e sua felicidade vêm de dentro. Da forma como ele pensa, assim ele é; da forma que continuar a pensar, é como irá permanecer.

Um homem forte não pode ajudar o mais fraco, a menos que o mais fraco esteja DISPOSTO a ser ajudado, e mesmo assim o homem fraco deve tornar-se forte por si próprio; ele deve, por seus próprios esforços, desenvolver a força que ele admira no outro. Ninguém, mas apenas ele próprio pode alterar sua condição.

É comum as pessoas pensarem da seguinte forma "Muitos homens são escravos porque existe um opressor; vamos odiar o opressor. "Agora, no entanto, existe uma crescente minoria invertendo este julgamento, é dizendo: "Um homem é o opressor porque muitos são escravos; vamos desprezar os escravos."

A verdade é que opressor e o escravo são cooperadores na ignorância, e, enquanto parece que se afligem um ao outro, estão em realidade afligindo a si mesmos. Um perfeito entendimento percebe a ação da lei na fraqueza do oprimido e no poder mal aplicado do opressor; um perfeito amor, vendo o sofrimento que ambas as condições estão envolvidas, não condena nenhuma delas; uma perfeita compaixão envolve tanto o opressor como os oprimidos.

Aquele que conquistou a fraqueza, e colocou de lado todo o pensamento egoísta, não pertence nem ao opressor nem ao oprimido. Este está livre.

O ser humano apenas poderá amadurecer, conquistar e realizar-se elevando os seus pensamentos. Ele apenas permanecerá fraco, desprezível e miserável se recusar-se a elevar seus pensamentos.

Antes que o homem possa atingir qualquer coisa, mesmo as mundanas, ele precisa elevar seus pensamentos acima das indulgências animais que escravizam. Isto não significa de maneira alguma, que ele precisa, para ter algum sucesso, eliminar toda a animalidade ou egoísmo; mas em alguma extensão, isto deve ser sacrificado. Um homem cujos primeiros pensamentos são a satisfação animal não pode nem pensar claramente nem planejar metodicamente; ele não consegue encontrar nem melhorar seus recursos latentes, e irá fracassar em qualquer empreendimento. Se não começar a controlar seus pensamentos, ele não estará numa posição de controlar seus afazeres ou assumir responsabilidades sérias. Ele não está apto a agir de forma independente e autônoma. Mas ele estará limitado somente por seus pensamentos, que ele escolhe.

**Não existe progresso, nem realização sem sacrifício**, e o sucesso material de uma pessoa estará na medida em que ela sacrifica seus confusos pensamentos animais, e foque sua mente no desenvolvimento de seus planos, no fortalecimento de suas resoluções e autoconfiança. Quanto mais alto elevar seus pensamentos, mais forte, justa e honesta esta pessoa torna-se, seu sucesso será elevado, e mais abençoadas e duradouras serão suas realizações.

O universo não favorece o mesquinho, o desonesto e o vicioso, apesar de que, olhando superficialmente pode parecer que sim; o universo em realidade auxilia o honesto, o magnânimo e o virtuoso. Todos os grandes mestres da história declararam isto de várias formas, e para comprovar e conhecer esta realidade o ser humano deve persistir em tornar-se mais virtuoso elevando os seus pensamentos.

Realizações intelectuais são os resultados do pensamento consagrado na busca do conhecimento, ou da beleza e verdade na vida e natureza. Tais realizações, por vezes, são associadas com a vaidade e ambição, mas elas não são os resultados destas características; elas são os resultados naturais de um longo e árduo esforço, de pensamentos puros e altruístas.

Realizações espirituais são a consumação de aspirações sagradas. Aquele que vive constantemente na concepção de pensamentos nobres e elevados, que mergulha em tudo o que é puro e altruísta, tão certo como o sol atinge o

zênite e a lua fica cheia, irá tornar-se um sábio e uma pessoa nobre, e crescerá numa posição de influência e muitas bênçãos.

Uma realização, de qualquer tipo, é a coroa do esforço, o diadema do pensamento. Com o auxílio do autocontrole, determinação, pureza, retidão, e um pensamento bem direcionado o ser humano ascende; com o auxílio das paixões animais, indolência, impureza, corrupção e confusão de pensamentos o ser humano sucumbe.

Uma pessoa pode alcançar grande sucesso no mundo, e também grande avanço espiritual, e mesmo assim cair na fraqueza e miséria se permitir que pensamentos arrogantes, egoístas e corruptos tomem conta de si.

As vitórias obtidas com pensamentos corretos apenas podem ser mantidas com a vigilância. Muitos se acomodam quando o sucesso é atingido, e rapidamente caem novamente no fracasso.

Todas as realizações, sejam nos negócios, intelectuais ou espirituais, são o resultado de um pensamento focado. São também governadas pelas mesmas leis e possuem o mesmo método; a única diferença está no objetivo que foi conquistado.

Aquele que busca pequenas realizações precisa se sacrificar pouco; aquele que deseja realizar muito deve sacrificar muito; **aquele que deseja obter a excelência precisa se sacrificar muito mais.**



## VISÕES E IDEAIS.

Os sonhadores são os salvadores do mundo. O mundo visível é sustentado pelo invisível, então o ser humano, enquanto vive suas provações, pecados e inclinações sórdidas, são nutridos pelas belas visões de seus sonhadores solitários. A humanidade não pode se esquecer de seus sonhadores; não pode deixar seus ideais enfraquecerem e morrerem; isto vive dentro deles; conhecem estes ideais como REALIDADES, que um dia verão e conhecerão.

Compositores, escultores, pintores, poetas, profetas, sábios, estes são os criadores do mundo de amanhã, os arquitetos do céu. O mundo é belo porque estes já viveram, e sem eles, a humanidade trabalhadora pereceria.

Aquele que cultiva uma visão bela, um grande ideal em seu coração, um dia irá realiza-lo. Colombo nutriu a visão de outro mundo, e descobriu. Copérnico alimentou a visão de múltiplos mundos num vasto universo, e ele revelou isto; Buda contemplou a visão de um mundo espiritual de pura beleza e perfeita paz, e ele entro nele.

Alimente suas visões; acalente seus ideais, sinta amor pela música que agita o seu coração, o belo que está se formando em sua mente, o amor que reveste seus pensamentos mais puros, por que deles surgirá uma condição encantadora, tudo, um ambiente celestial; através destes, se você permanecer fiel a eles, seu mundo será por fim construído.

Desejar é obter; Aspirar é realizar. Deve os desejos mais básicos do ser humano receber a mais alta medida de gratificação, e suas mais puras aspirações morrerem de fome por falta de sustento? Esta não é a lei: tal condição não pode ocorrer: “pedi e receberéis.”

Sonhe sonhos elevados, e conforme você sonha você se tornará. Sua visão é a promessa do que você será um dia; seu ideal é a profecia do que você irá por fim revelar.

As maiores realizações foram no inicio e por algum tempo um sonho. O carvalho foi antes semente; o pássaro aguarda dentro do ovo; e na mais alta visão da alma um anjo que desperta se agita. Os sonhos são as sementes da realidade.

Suas circunstâncias podem ser desagradáveis, mas elas não permaneceram assim por muito tempo se você focar num ideal e lutar para atingi-lo. Não se pode iniciar uma viagem interna e permanecer parado externamente. Veja o exemplo de um jovem duramente oprimido pela pobreza e trabalho; confinado as longas horas de trabalho numa fábrica insalubre, analfabeto e carente de qualquer educação. Mas ele sonha por coisas melhores; ele pensa na inteligência, no refinamento, na graça e beleza. Ele concebe, e mentalmente constrói uma condição ideal de vida, a visão de maior liberdade e um escopo mais amplo toma posse dele; esta agitação interna faz com que tome ação, e ele passa a utilizar todo o seu tempo livre e meios, por menor que sejam, para desenvolver seus poderes latentes e recursos. Muito rapidamente sua mente se alterou tanto que a fábrica não pode mais segurá-lo. O ambiente tornou-se tão fora de harmonia com sua mentalidade que é descartada de sua vida como uma roupa velha jogada fora, e, com o surgimento de oportunidades, que se encaixam com o escopo de seus novos poderes, ele deixa esta vida para sempre. Anos mais tarde vemos este jovem já adulto. Tornou-se um mestre em certas forças da mente, que ele maneja com influência mundial e praticamente com poder inigualável. Em suas mãos ele segura cordas de responsabilidade gigantescas; ele fala, e vidas são mudadas; homens e mulheres se apegam em suas palavras e mudam seus caracteres, e, como o sol, ele se torna uma referência fixa e central nos quais inumeráveis destinos revolvem em torno. Ele encontrou a visão de sua juventude. Ele se tornou uno com o seu ideal.

E você, também, jovem leitor, irá perceber a Visão (não aquele desejo fugaz) de seu coração, seja ele básico ou belo, ou uma mistura de ambos, porque você sempre irá gravitar em torno daquilo que você, secretamente, mais ama. Em suas mãos será colocado o exato resultado de seus próprios pensamentos; você irá receber aquilo que você merece; nem mais, nem menos. Qualquer que seja o ambiente em que você se encontra agora, você irá cair, permanecer, ou se elevar por meio de seus próprios pensamentos, sua Visão, seu Ideal. Você se tornará tão pequeno quanto seus desejos controladores; e tão grande quanto suas aspirações dominantes: nas belas palavras de Stanton Kirkham Davis, “Você é uma pessoa responsável, e agora você irá atravessar a porta que por tanto tempo foi a barreira de seus ideais, e irá encontrar-se perante uma plateia – a caneta ainda atrás de sua orelha, manchas de tinta entre seus dedos e então ali vertera uma torrente de suas aspirações. Você pode estar conduzindo ovelhas e você caminhará a uma cidade bucólica e de boca aberta;

irá vagar sob a intrépida orientação do espírito no estúdio dos mestres, e após alguns instantes ele irá dizer a você, “Não tenho mais nada para te ensinar”. E você se tornou o mestre, que até recentemente sonhava com grandes conquistas enquanto conduzia ovelhas. Você poderá deixar de lado o que fazia e assumir para si a regeneração do mundo.”

Aquele que não pensa, o ignorante e o indolente, vendo apenas o efeito aparente das coisas e não os fatos em si, fala de sorte, fortuna e acaso. Vendo um homem enriquecer, ele diz, “Que sorte ele tem!” Observando outro se tornando um intelectual, ele exclama “Como ele é favorecido!” E percebendo o caráter santo e ampla influência de outra pessoa, comenta, “como a sorte ajudou ele ao longo da vida”! Ele não enxerga as tentativas e erros e lutas por quais estas pessoas encontraram voluntariamente de modo a ganhar sua experiência; não possuem conhecimento dos sacrifícios que eles fizeram, dos esforços destemidos que colocaram adiante, da fé que exercitaram, para superar o que era aparentemente intransponível e realizar a Visão de seu coração. Eles não sabem da escuridão e amarguras; eles apenas enxergam luz e alegria, e chamam isto de “sorte”. Ele não percebe a longa e árdua jornada, mas somente o agradável objetivo atingido, e chama isto de “boa sorte”, não entende o processo, mas somente percebe o resultado, e chama isto de acaso.

Em todos os assuntos humanos existem ESFORÇOS, e existem RESULTADOS, e a força dos esforços é medida pelos resultados. Acaso não existe. Prêmios, poderes, bens materiais, intelectuais e espirituais são frutos do esforço; eles são pensamentos finalizados, objetivos alcançados e visões realizadas.

A Visão que você glorifica em sua mente, o Ideal que você entroniza em seu coração – com isto você irá construir sua vida, isto você irá se tornar.

## SERENIDADE

CALMA da mente é uma das belas joias da sabedoria. É o resultado de um longo e paciente esforço de autocontrole. Sua presença é um indicador de uma experiência madura e mais que uma compreensão normal sobre as leis e operação do pensamento.

Um homem se torna calmo na medida em que compreende a si mesmo como um ser pensante em evolução, porque tal conhecimento necessita do entendimento de outros como resultado do pensamento, e conforme ele desenvolve o correto entendimento, e enxerga mais e mais claramente as relações internas das coisas pela ação da causa e efeito ele deixa de perturbar-se, preocupar-se e lamentar-se, e mantém equilibrado, firme e sereno.

O homem calmo, que aprendeu como governar a si mesmo, sabe como adaptar-se aos outros; e estes, em retorno, reverencia sua força espiritual, e sentem que podem aprender com ele e confiar nele. Quanto mais tranquilo um homem se torna, maior será o seu sucesso, sua influência e seu poder para o bem. Mesmo o empreendedor comum irá encontrar em seu negócio aumento de prosperidade na medida em que ele desenvolve maior autocontrole e equanimidade, pois sempre irão preferir negociar com um home cujo comportamento e firmemente estável.

O home forte e calmo é sempre amado e reverenciado. Ele é como uma árvore com boa sombra numa terra árida, ou uma rocha acolhedora numa tempestade. Quem não ama um coração tranquilo, uma vida doce e equilibrada? Não importa se chove ou brilha, ou qualquer mudança que venha para estes possuidores desta benção, porque eles serão sempre doces, serenos e calmos. Este raro equilíbrio de caráter, que chamamos de serenidade é a última lição de cultura, os frutos da alma. São preciosos como a sabedoria, mais desejosos que o ouro, sem dúvida, mesmo o mais fino ouro. Quão insignificante a busca pelo dinheiro parece em comparação com uma vida serena – uma vida mergulhada num oceano de verdade, abaixo das ondas, além do alcance das tempestades, numa eterna paz!

Quantas pessoas nós conhecemos com vidas amarguradas, que arruínam tudo o que é doce e belo devido a um temperamento explosivo, que destrói seu equilíbrio de caráter e criam um sangue ruim! É um ponto a se pensar se a maioria das pessoas não arruínam suas vidas e estragam sua felicidade por falta de autocontrole. Quão poucas pessoas conhecemos na vida que são bem equilibradas, que possuem aquele raro equilíbrio que é a característica de um caráter completo.

Sim, a humanidade surta com paixões descontroladas, está tumultuada com desgovernada tristeza, está explodindo pela ansiedade e dúvida, somente o homem sábio, apenas aquele cujos pensamentos são controlados e purificados, fazem os ventos e tempestades da alma lhe obedecerem.

Almas sacudidas pela tempestade, onde quer que estejam, sobre qualquer condição em que estejam vivendo, saibam que neste oceano da vida ilhas de bem-aventurança estão sorrindo, e a ensolarada costa de seus ideais aguarda a sua chegada. Mantenha a sua mão firme no leme do pensamento. No barco de sua alma reclina o mestre comandante; ele dorme: Acorde-o. Autocontrole é força; pensamento correto é domínio; calma é poder. Diga para seu coração, “Que seja feita a paz!”.

## **VERSÃO ORIGINAL EM INGLÊS.**

### **FOREWORD**

THIS little volume (the result of meditation and experience) is not intended as an exhaustive treatise on the much-written-upon subject of the power of thought. It is suggestive rather than explanatory, its object being to stimulate men and women to the discovery and perception of the truth that--

"They themselves are makers of themselves."

by virtue of the thoughts, which they choose and encourage; that mind is the master-weaver, both of the inner garment of character and the outer garment of circumstance, and that, as they may have hitherto woven in ignorance and pain they may now weave in enlightenment and happiness.

JAMES ALLEN.

BROAD PARK AVENUE,

ILFRACOMBE,

ENGLAND

AS A MAN THINKETH

## THOUGHT AND CHARACTER

THE aphorism, "As a man thinketh in his heart so is he," not only embraces the whole of a man's being, but is so comprehensive as to reach out to every condition and circumstance of his life. A man is literally \_what he thinks,\_ his character being the complete sum of all his thoughts.

As the plant springs from, and could not be without, the seed, so every act of a man springs from the hidden seeds of thought, and could not have appeared without them. This applies equally to those acts called "spontaneous" and "unpremeditated" as to those, which are deliberately executed.

Act is the blossom of thought, and joy and suffering are its fruits; thus does a man garner in the sweet and bitter fruitage of his own husbandry.

*"Thought in the mind hath made us, What we are  
By thought was wrought and built. If a man's mind  
Hath evil thoughts, pain comes on him as comes  
The wheel the ox behind...."*

*..If one endure  
In purity of thought, joy follows him  
As his own shadow--sure."*

Man is a growth by law, and not a creation by artifice, and cause and effect is as absolute and undeviating in the hidden realm of thought as in the world of visible and material things. A noble and Godlike character is not a thing of favour or chance, but is the natural result of continued effort in right thinking, the effect of long-cherished association with Godlike thoughts. An ignoble and bestial character, by the same process, is the result of the continued harbouring of grovelling thoughts.

Man is made or unmade by himself; in the armoury of thought he forges the weapons by which he destroys himself; he also fashions

the tools with which he builds for himself heavenly mansions of joy and strength and peace. By the right choice and true application of thought, man ascends to the Divine Perfection; by the abuse and wrong application of thought, he descends below the level of the beast. Between these two extremes are all the grades of character, and man is their maker and master.

Of all the beautiful truths pertaining to the soul which have been restored and brought to light in this age, none is more gladdening or fruitful of divine promise and confidence than this--that man is the master of thought, the moulder of character, and the maker and shaper of condition, environment, and destiny.

As a being of Power, Intelligence, and Love, and the lord of his own thoughts, man holds the key to every situation, and contains within himself that transforming and regenerative agency by which he may make himself what he wills.

Man is always the master, even in his weaker and most abandoned state; but in his weakness and degradation he is the foolish master who misgoverns his "household." When he begins to reflect upon his condition, and to search diligently for the Law upon which his being is established, he then becomes the wise master, directing his energies with intelligence, and fashioning his thoughts to fruitful issues. Such is the conscious master, and man can only thus become by discovering within himself the laws of thought; which discovery is totally a matter of application, self analysis, and experience.

Only by much searching and mining, are gold and diamonds obtained, and man can find every truth connected with his being, if he will dig deep into the mine of his soul; and that he is the maker of his character, the moulder of his life, and the builder of his destiny, he may unerringly prove, if he will watch, control, and alter his thoughts, tracing their effects upon himself, upon others, and upon his life and circumstances, linking cause and effect by patient practice and investigation, and utilizing his every experience, even to the most trivial, everyday occurrence, as a means of obtaining that knowledge of himself which is Understanding, Wisdom, Power. In this direction, as in no other, is the law absolute that "He that seeketh findeth; and to him that knocketh it shall be opened;" for



only by patience, practice, and ceaseless importunity can a man enter the Door of the Temple of Knowledge.

#### EFFECT OF THOUGHT ON CIRCUMSTANCES

MAN'S mind may be likened to a garden, which may be intelligently cultivated or allowed to run wild; but whether cultivated or neglected, it must, and will, bring forth. If no useful seeds are put into it, then an abundance of useless weed-seeds will fall therein, and will continue to produce their kind.

Just as a gardener cultivates his plot, keeping it free from weeds, and growing the flowers and fruits which he requires, so may a man tend the garden of his mind, weeding out all the wrong, useless, and impure thoughts, and cultivating toward perfection the flowers and fruits of right, useful, and pure thoughts. By pursuing this process, a man sooner or later discovers that he is the master-gardener of his soul, the director of his life. He also reveals, within himself, the laws of thought, and understands, with ever-increasing accuracy, how the thought-forces and mind elements operate in the shaping of his character, circumstances, and destiny.

Thought and character are one, and as character can only manifest and discover itself through environment and circumstance, the outer conditions of a person's life will always be found to be harmoniously related to his inner state. This does not mean that a man's circumstances at any given time are an indication of his entire character, but that those circumstances are so intimately connected with some vital thought-element within himself that, for the time being, they are indispensable to his development.

Every man is where he is by the law of his being; the thoughts which he has built into his character have brought him there, and in the arrangement of his life there is no element of chance, but all is the result of a law which cannot err. This is just as true of those who feel "out of harmony" with their surroundings as of those who are contented with them.

As a progressive and evolving being, man is where he is that he may learn that he may grow; and as he learns the spiritual lesson which

any circumstance contains for him, it passes away and gives place to other circumstances.

Man is buffeted by circumstances so long as he believes himself to be the creature of outside conditions, but when he realizes that he is a creative power, and that he may command the hidden soil and seeds of his being out of which circumstances grow, he then becomes the rightful master of himself.

That circumstances grow out of thought every man knows who has for any length of time practised self-control and self-purification, for he will have noticed that the alteration in his circumstances has been in exact ratio with his altered mental condition. So true is this that when a man earnestly applies himself to remedy the defects in his character, and makes swift and marked progress, he passes rapidly through a succession of vicissitudes.

The soul attracts that which it secretly harbours; that which it loves, and also that which it fears; it reaches the height of its cherished aspirations; it falls to the level of its unchastened desires,--and circumstances are the means by which the soul receives its own.

Every thought-seed sown or allowed to fall into the mind, and to take root there, produces its own, blossoming sooner or later into act, and bearing its own fruitage of opportunity and circumstance. Good thoughts bear good fruit, bad thoughts bad fruit.

The outer world of circumstance shapes itself to the inner world of thought, and both pleasant and unpleasant external conditions are factors, which make for the ultimate good of the individual. As the reaper of his own harvest, man learns both by suffering and bliss.

Following the inmost desires, aspirations, thoughts, by which he allows himself to be dominated, (pursuing the will-o'-the-wisps of impure imaginings or steadfastly walking the highway of strong and high endeavour), a man at last arrives at their fruition and fulfilment in the outer conditions of his life. The laws of growth and adjustment everywhere obtains.

A man does not come to the almshouse or the jail by the tyranny of fate or circumstance, but by the pathway of grovelling thoughts and base desires. Nor does a pure-minded man fall suddenly into crime by stress of any mere external force; the criminal thought had long been secretly fostered in the heart, and the hour of opportunity revealed its gathered power. Circumstance does not make the man; it reveals him to himself. No such conditions can exist as descending into vice and its attendant sufferings apart from vicious inclinations, or ascending into virtue and its pure happiness without the continued cultivation of virtuous aspirations; and man, therefore, as the lord and master of thought, is the maker of himself the shaper and author of environment. Even at birth the soul comes to its own and through every step of its earthly pilgrimage it attracts those combinations of conditions which reveal itself, which are the reflections of its own purity and, impurity, its strength and weakness.

Men do not attract that which they want, but that which they are. Their whims, fancies, and ambitions are thwarted at every step, but their inmost thoughts and desires are fed with their own food, be it foul or clean. The "divinity that shapes our ends" is in ourselves; it is our very self. Only himself manacles man: thought and action are the gaolers of Fate--they imprison, being base; they are also the angels of Freedom--they liberate, being noble. Not what he wishes and prays for does a man get, but what he justly earns. His wishes and prayers are only gratified and answered when they harmonize with his thoughts and actions.

In the light of this truth, what, then, is the meaning of "fighting against circumstances?" It means that a man is continually revolting against an effect without, while all the time he is nourishing and preserving its cause in his heart. That cause may take the form of a conscious vice or an unconscious weakness; but whatever it is, it stubbornly retards the efforts of its possessor, and thus calls aloud for remedy.

Men are anxious to improve their circumstances, but are unwilling to improve themselves; they therefore remain bound. The man who does not shrink from self-crucifixion can never fail to accomplish the object upon which his heart is set. This is as true of earthly as of

heavenly things. Even the man whose sole object is to acquire wealth must be prepared to make great personal sacrifices before he can accomplish his object; and how much more so he who would realize a strong and well-poised life?

Here is a man who is wretchedly poor. He is extremely anxious that his surroundings and home comforts should be improved, yet all the time he shirks his work, and considers he is justified in trying to deceive his employer on the ground of the insufficiency of his wages. Such a man does not understand the simplest rudiments of those principles which are the basis of true prosperity, and is not only totally unfitted to rise out of his wretchedness, but is actually attracting to himself a still deeper wretchedness by dwelling in, and acting out, indolent, deceptive, and unmanly thoughts.

Here is a rich man who is the victim of a painful and persistent disease as the result of gluttony. He is willing to give large sums of money to get rid of it, but he will not sacrifice his gluttonous desires. He wants to gratify his taste for rich and unnatural viands and have his health as well. Such a man is totally unfit to have health, because he has not yet learned the first principles of a healthy life.

Here is an employer of labour who adopts crooked measures to avoid paying the regulation wage, and, in the hope of making larger profits, reduces the wages of his workpeople. Such a man is altogether unfitted for prosperity, and when he finds himself bankrupt, both as regards reputation and riches, he blames circumstances, not knowing that he is the sole author of his condition.

I have introduced these three cases merely as illustrative of the truth that man is the causer (though nearly always is unconsciously) of his circumstances, and that, whilst aiming at a good end, he is continually frustrating its accomplishment by encouraging thoughts and desires which cannot possibly harmonize with that end. Such cases could be multiplied and varied almost indefinitely, but this is not necessary, as the reader can, if he so resolves, trace the action of the laws of thought in his own mind and life, and until

this is done, mere external facts cannot serve as a ground of reasoning.

Circumstances, however, are so complicated, thought is so deeply rooted, and the conditions of happiness vary so, vastly with individuals, that a man's entire soul-condition (although it may be known to himself) cannot be judged by another from the external aspect of his life alone. A man may be honest in certain directions, yet suffer privations; a man may be dishonest in certain directions, yet acquire wealth; but the conclusion usually formed that the one man fails \_because of his particular honesty,\_ and that the other \_ prospers because of his particular dishonesty,\_ is the result of a superficial judgment, which assumes that the dishonest man is almost totally corrupt, and the honest man almost entirely virtuous. In the light of a deeper knowledge and wider experience such judgment is found to be erroneous. The dishonest man may have some admirable virtues, which the other does, not possess; and the honest man obnoxious vices which are absent in the other. The honest man reaps the good results of his honest thoughts and acts; he also brings upon himself the sufferings, which his vices produce. The dishonest man likewise garners his own suffering and happiness.

It is pleasing to human vanity to believe that one suffers because of one's virtue; but not until a man has extirpated every sickly, bitter, and impure thought from his mind, and washed every sinful stain from his soul, can he be in a position to know and declare that his sufferings are the result of his good, and not of his bad qualities; and on the way to, yet long before he has reached, that supreme perfection, he will have found, working in his mind and life, the Great Law which is absolutely just, and which cannot, therefore, give good for evil, evil for good. Possessed of such knowledge, he will then know, looking back upon his past ignorance and blindness, that his life is, and always was, justly ordered, and that all his past experiences, good and bad, were the equitable outworking of his evolving, yet unevolved self.

Good thoughts and actions can never produce bad results; bad thoughts and actions can never produce good results. This is but saying that nothing can come from corn but corn, nothing from nettles but nettles. Men understand this law in the natural world,

and work with it; but few understand it in the mental and moral world (though its operation there is just as simple and undeviating), and they, therefore, do not co-operate with it.

Suffering is always the effect of wrong thought in some direction. It is an indication that the individual is out of harmony with himself, with the Law of his being. The sole and supreme use of suffering is to purify, to burn out all that is useless and impure. Suffering ceases for him who is pure. There could be no object in burning gold after the dross had been removed, and a perfectly pure and enlightened being could not suffer.

The circumstances, which a man encounters with suffering, are the result of his own mental in harmony. The circumstances, which a man encounters with blessedness, are the result of his own mental harmony. Blessedness, not material possessions, is the measure of right thought; wretchedness, not lack of material possessions, is the measure of wrong thought. A man may be cursed and rich; he may be blessed and poor. Blessedness and riches are only joined together when the riches are rightly and wisely used; and the poor man only descends into wretchedness when he regards his lot as a burden unjustly imposed.

Indigence and indulgence are the two extremes of wretchedness. They are both equally unnatural and the result of mental disorder. A man is not rightly conditioned until he is a happy, healthy, and prosperous being; and happiness, health, and prosperity are the result of a harmonious adjustment of the inner with the outer, of the man with his surroundings.

A man only begins to be a man when he ceases to whine and revile, and commences to search for the hidden justice which regulates his life. And as he adapts his mind to that regulating factor, he ceases to accuse others as the cause of his condition, and builds himself up in strong and noble thoughts; ceases to kick against circumstances, but begins to use them as aids to his more rapid progress, and as a means of discovering the hidden powers and possibilities within himself.

Law, not confusion, is the dominating principle in the universe;

justice, not injustice, is the soul and substance of life; and righteousness, not corruption, is the moulding and moving force in the spiritual government of the world. This being so, man has but to right himself to find that the universe is right; and during the process of putting himself right he will find that as he alters his thoughts towards things and other people, things and other people will alter towards him.

The proof of this truth is in every person, and it therefore admits of easy investigation by systematic introspection and self-analysis. Let a man radically alter his thoughts, and he will be astonished at the rapid transformation it will effect in the material conditions of his life. Men imagine that thought can be kept secret, but it cannot; it rapidly crystallizes into habit, and habit solidifies into circumstance. Bestial thoughts crystallize into habits of drunkenness and sensuality, which solidify into circumstances of destitution and disease: impure thoughts of every kind crystallize into enervating and confusing habits, which solidify into distracting and adverse circumstances: thoughts of fear, doubt, and indecision crystallize into weak, unmanly, and irresolute habits, which solidify into circumstances of failure, indigence, and slavish dependence: lazy thoughts crystallize into habits of uncleanness and dishonesty, which solidify into circumstances of foulness and beggary: hateful and condemnatory thoughts crystallize into habits of accusation and violence, which solidify into circumstances of injury and persecution: selfish thoughts of all kinds crystallize into habits of self-seeking, which solidify into circumstances more or less distressing. On the other hand, beautiful thoughts of all kinds crystallize into habits of grace and kindness, which solidify into genial and sunny circumstances: pure thoughts crystallize into habits of temperance and self-control, which solidify into circumstances of repose and peace: thoughts of courage, self-reliance, and decision crystallize into manly habits, which solidify into circumstances of success, plenty, and freedom: energetic thoughts crystallize into habits of cleanliness and industry, which solidify into circumstances of pleasantness: gentle and forgiving thoughts crystallize into habits of gentleness, which solidify into protective and preservative circumstances: loving and unselfish thoughts crystallize into habits of self-forgetfulness for others, which solidify into circumstances of sure and abiding

prosperity and true riches.

A particular train of thought persisted in, be it good or bad, cannot fail to produce its results on the character and circumstances. A man cannot directly choose his circumstances, but he can choose his thoughts, and so indirectly, yet surely, shape his circumstances.

Nature helps every man to the gratification of the thoughts, which he most encourages, and opportunities are presented which will most speedily bring to the surface both the good and evil thoughts.

Let a man cease from his sinful thoughts, and all the world will soften towards him, and be ready to help him; let him put away his weakly and sickly thoughts, and lo, opportunities will spring up on every hand to aid his strong resolves; let him encourage good thoughts, and no hard fate shall bind him down to wretchedness and shame. The world is your kaleidoscope, and the varying combinations of colours, which at every succeeding moment it presents to you are the exquisitely adjusted pictures of your ever-moving thoughts.

***"So You will be what you will to be;  
Let failure find its false content  
In that poor word, 'environment,'  
But spirit scorns it, and is free.***

***"It masters time, it conquers space;  
It cowers that boastful trickster, Chance,  
And bids the tyrant Circumstance  
Uncrown, and fill a servant's place.***

***"The human Will, that force unseen,  
The offspring of a deathless Soul,  
Can hew a way to any goal,  
Though walls of granite intervene.***

***"Be not impatient in delays  
But wait as one who understands;  
When spirit rises and commands  
The gods are ready to obey."***



## **EFFECT OF THOUGHT ON HEALTH AND THE BODY**

THE body is the servant of the mind. It obeys the operations of the mind, whether they be deliberately chosen or automatically expressed. At the bidding of unlawful thoughts the body sinks rapidly into disease and decay; at the command of glad and beautiful thoughts it becomes clothed with youthfulness and beauty.

Disease and health, like circumstances, are rooted in thought. Sickly thoughts will express themselves through a sickly body. Thoughts of fear have been known to kill a man as speedily as a bullet, and they are continually killing thousands of people just as surely though less rapidly. The people who live in fear of disease are the people who get it. Anxiety quickly demoralizes the whole body, and lays it open to the entrance of disease; while impure thoughts, even if not physically indulged, will soon shatter the nervous system.

Strong, pure, and happy thoughts build up the body in vigour and grace. The body is a delicate and plastic instrument, which responds readily to the thoughts by which it is impressed, and habits of thought will produce their own effects, good or bad, upon it.

Men will continue to have impure and poisoned blood, so long as they propagate unclean thoughts. Out of a clean heart comes a clean life and a clean body. Out of a defiled mind proceeds a defiled life and a corrupt body. Thought is the fount of action, life, and manifestation; make the fountain pure, and all will be pure.

Change of diet will not help a man who will not change his thoughts. When a man makes his thoughts pure, he no longer desires impure food.

Clean thoughts make clean habits. The so-called saint who does not wash his body is not a saint. He who has strengthened and purified his thoughts does not need to consider the malevolent microbe.

If you would protect your body, guard your mind. If you would renew your body, beautify your mind. Thoughts of malice, envy, disappointment, despondency, rob the body of its health and grace. A sour face does not come by chance; it is made by sour thoughts. Wrinkles that mar are drawn by folly, passion, and pride.

I know a woman of ninety-six who has the bright, innocent face of a girl. I know a man well under middle age whose face is drawn into inharmonious contours. The one is the result of a sweet and sunny disposition; the other is the outcome of passion and discontent.

As you cannot have a sweet and wholesome abode unless you admit the air and sunshine freely into your rooms, so a strong body and a bright, happy, or serene countenance can only result from the free admittance into the mind of thoughts of joy and goodwill and serenity.

On the faces of the aged there are wrinkles made by sympathy, others by strong and pure thought, and others are carved by passion: who cannot distinguish them? With those who have lived righteously, age is calm, peaceful, and softly mellowed, like the setting sun. I have recently seen a philosopher on his deathbed. He was not old except in years. He died as sweetly and peacefully as he had lived.

There is no physician like cheerful thought for dissipating the ills of the body; there is no comforter to compare with goodwill for dispersing the shadows of grief and sorrow. To live continually in thoughts of ill will, cynicism, suspicion, and envy, is to be confined in a self made prison-hole. But to think well of all, to be cheerful with all, to patiently learn to find the good in all--such unselfish thoughts are the very portals of heaven; and to dwell day by day in thoughts of peace toward every creature will bring abounding peace to their possessor.

## THOUGHT AND PURPOSE

UNTIL thought is linked with purpose there is no intelligent accomplishment. With the majority the bark of thought is allowed to "drift" upon the ocean of life. Aimlessness is a vice, and such drifting must not continue for him who would steer clear of catastrophe and destruction.

They who have no central purpose in their life fall an easy prey to petty worries, fears, troubles, and self-pityings, all of which are indications of weakness, which lead, just as surely as deliberately planned sins (though by a different route), to failure, unhappiness, and loss, for weakness cannot persist in a power evolving universe.

A man should conceive of a legitimate purpose in his heart, and set out to accomplish it. He should make this purpose the centralizing point of his thoughts. It may take the form of a spiritual ideal, or it may be a worldly object, according to his nature at the time being; but whichever it is, he should steadily focus his thought-forces upon the object, which he has set before him. He should make this purpose his supreme duty, and should devote himself to its attainment, not allowing his thoughts to wander away into ephemeral fancies, longings, and imaginings. This is the royal road to self-control and true concentration of thought. Even if he fails again and again to accomplish his purpose (as he necessarily must until weakness is overcome), the strength of character gained will be the measure of his true success, and this will form a new starting-point for future power and triumph.

Those who are not prepared for the apprehension of a great purpose should fix the thoughts upon the faultless performance of their duty, no matter how insignificant their task may appear. Only in this way can the thoughts be gathered and focussed, and resolution and energy be developed, which being done, there is nothing which may not be accomplished.

The weakest soul, knowing its own weakness, and believing this truth

\_that strength can only be developed by effort and practice, \_ will, thus believing, at once begin to exert itself, and, adding effort to effort, patience to patience, and strength to strength, will never cease to develop, and will at last grow divinely strong.

As the physically weak man can make himself strong by careful and patient training, so the man of weak thoughts can make them strong by exercising himself in right thinking.

To put away aimlessness and weakness, and to begin to think with purpose, is to enter the ranks of those strong ones who only recognize failure as one of the pathways to attainment; who make all conditions serve them, and who think strongly, attempt fearlessly, and accomplish masterfully.

Having conceived of his purpose, a man should mentally mark out a \_straight\_ pathway to its achievement, looking neither to the right nor the left. Doubts and fears should be rigorously excluded; they are disintegrating elements, which break up the straight line of effort, rendering it crooked, ineffectual, useless. Thoughts of doubt and fear never accomplished anything, and never can. They always lead to failure. Purpose, energy, power to do, and all strong thoughts cease when doubt and fear creep in.

The will to do springs from the knowledge that we \_can\_ do. Doubt and fear are the great enemies of knowledge, and he who encourages them, who does not slay them, thwarts himself at every step.

He who has conquered doubt and fear has conquered failure. His every thought is allied with power, and all difficulties are bravely met and wisely overcome. His purposes are seasonably planted, and they bloom and bring forth fruit, which does not fall prematurely to the ground.

Thought allied fearlessly to purpose becomes creative force: he who \_knows\_ this is ready to become something higher and stronger than a mere bundle of wavering thoughts and fluctuating sensations; he who \_does\_ this has become the conscious and intelligent wielder of his mental powers.

## THE THOUGHT-FACTOR IN ACHIEVEMENT

ALL that a man achieves and all that he fails to achieve is the direct result of his own thoughts. In a justly ordered universe, where loss of equipoise would mean total destruction, individual responsibility must be absolute. A man's weakness and strength, purity and impurity, are his own, and not another man's; they are brought about by himself, and not by another; and they can only be altered by himself, never by another. His condition is also his own, and not another man's. His suffering and his happiness are evolved from within. As he thinks, so he is; as he continues to think, so he remains.

A strong man cannot help a weaker unless that weaker is willing to be helped, and even then the weak man must become strong of himself; he must, by his own efforts, develop the strength which he admires in another. None but himself can alter his condition.

It has been usual for men to think and to say, "Many men are slaves because one is an oppressor; let us hate the oppressor." Now, however, there is amongst an increasing few a tendency to reverse this judgment, and to say, "One man is an oppressor because many are slaves; let us despise the slaves."

The truth is that oppressor and slave are co-operators in ignorance, and, while seeming to afflict each other, are in reality afflicting themselves. A perfect Knowledge perceives the action of law in the weakness of the oppressed and the misapplied power of the oppressor; a perfect Love, seeing the suffering, which both states entail, condemns neither; a perfect Compassion embraces both oppressor and oppressed.

He who has conquered weakness, and has put away all selfish thoughts, belongs neither to oppressor nor oppressed. He is free.

A man can only rise, conquer, and achieve by lifting up his thoughts. He can only remain weak, and abject, and miserable by

refusing to lift up his thoughts.

Before a man can achieve anything, even in worldly things, he must lift his thoughts above slavish animal indulgence. He may not, in order to succeed, give up all animality and selfishness, by any means; but a portion of it must, at least, be sacrificed. A man whose first thought is bestial indulgence could neither think clearly nor plan methodically; he could not find and develop his latent resources, and would fail in any undertaking. Not having commenced to manfully control his thoughts, he is not in a position to control affairs and to adopt serious responsibilities. He is not fit to act independently and stand alone. But he is limited only by the thoughts, which he chooses.

There can be no progress, no achievement without sacrifice, and a man's worldly success will be in the measure that he sacrifices his confused animal thoughts, and fixes his mind on the development of his plans, and the strengthening of his resolution and self-reliance. And the higher he lifts his thoughts, the more manly, upright, and righteous he becomes, the greater will be his success, the more blessed and enduring will be his achievements.

The universe does not favour the greedy, the dishonest, the vicious, although on the mere surface it may sometimes appear to do so; it helps the honest, the magnanimous, the virtuous. All the great Teachers of the ages have declared this in varying forms, and to prove and know it a man has but to persist in making himself more and more virtuous by lifting up his thoughts.

Intellectual achievements are the result of thought consecrated to the search for knowledge, or for the beautiful and true in life and nature. Such achievements may be sometimes connected with vanity and ambition, but they are not the outcome of those characteristics; they are the natural outgrowth of long and arduous effort, and of pure and unselfish thoughts.

Spiritual achievements are the consummation of holy aspirations. He who lives constantly in the conception of noble and lofty thoughts, who dwells upon all that is pure and unselfish, will, as surely as the sun reaches its zenith and the moon its full, become wise and

noble in character, and rise into a position of influence and blessedness.

Achievement, of whatever kind, is the crown of effort, the diadem of thought. By the aid of self-control, resolution, purity, righteousness, and well-directed thought a man ascends; by the aid of animality, indolence, impurity, corruption, and confusion of thought a man descends.

A man may rise to high success in the world, and even to lofty altitudes in the spiritual realm, and again descend into weakness and wretchedness by allowing arrogant, selfish, and corrupt thoughts to take possession of him.

Victories attained by right thought can only be maintained by watchfulness. Many give way when success is assured, and rapidly fall back into failure.

All achievements, whether in the business, intellectual, or spiritual world, are the result of definitely directed thought, are governed by the same law and are of the same method; the only difference lies in \_the object of attainment.\_

He who would accomplish little must sacrifice little; he who would achieve much must sacrifice much; he who would attain highly must sacrifice greatly.

## VISIONS AND IDEALS

THE dreamers are the saviours of the world. As the visible world is sustained by the invisible, so men, through all their trials and sins and sordid vocations, are nourished by the beautiful visions of their solitary dreamers. Humanity cannot forget its dreamers; it cannot let their ideals fade and die; it lives in them; it knows them as they \_realities\_ which it shall one day see and know.

Composer, sculptor, painter, poet, prophet, sage, these are the makers of the after-world, the architects of heaven. The world is beautiful because they have lived; without them, labouring humanity would perish.

He who cherishes a beautiful vision, a lofty ideal in his heart, will one day realize it. Columbus cherished a vision of another world, and he discovered it; Copernicus fostered the vision of a multiplicity of worlds and a wider universe, and he revealed it; Buddha beheld the vision of a spiritual world of stainless beauty and perfect peace, and he entered into it.

Cherish your visions; cherish your ideals; cherish the music that stirs in your heart, the beauty that forms in your mind, the loveliness that drapes your purest thoughts, for out of them will grow all delightful conditions, all, heavenly environment; of these, if you but remain true to them, your world will at last be built.

To desire is to obtain; to aspire is to, achieve. Shall man's basest desires receive the fullest measure of gratification, and his purest aspirations starve for lack of sustenance? Such is not the Law: such a condition of things can never obtain: "ask and receive."

Dream lofty dreams, and as you dream, so shall you become. Your Vision is the promise of what you shall one day be; your Ideal is the prophecy of what you shall at last unveil.

The greatest achievement was at first and for a time a dream. The oak sleeps in the acorn; the bird waits in the egg; and in the



highest vision of the soul a waking angel stirs. Dreams are the seedlings of realities.

Your circumstances may be uncongenial, but they shall not long remain so if you but perceive an Ideal and strive to reach it. You cannot travel within and stand still without. Here is a youth hard pressed by poverty and labour; confined long hours in an unhealthy workshop; unschooled, and lacking all the arts of refinement. But he dreams of better things; he thinks of intelligence, of refinement, of grace and beauty. He conceives of, mentally builds up, an ideal condition of life; the vision of a wider liberty and a larger scope takes possession of him; unrest urges him to action, and he utilizes all his spare time and means, small though they are, to the development of his latent powers and resources. Very soon so altered has his mind become that the workshop can no longer hold him. It has become so out of harmony with his mentality that it falls out of his life as a garment is cast aside, and, with the growth of opportunities, which fit the scope of his expanding powers, he passes out of it forever. Years later we see this youth as a full-grown man. We find him a master of certain forces of the mind, which he wields with worldwide influence and almost unequalled power. In his hands he holds the cords of gigantic responsibilities; he speaks, and lo, lives are changed; men and women hang upon his words and remould their characters, and, sunlike, he becomes the fixed and luminous centre round which innumerable destinies revolve. He has realized the Vision of his youth. He has become one with his Ideal.

And you, too, youthful reader, will realize the Vision (not the idle wish) of your heart, be it base or beautiful, or a mixture of both, for you will always gravitate toward that which you, secretly, most love. Into your hands will be placed the exact results of your own thoughts; you will receive that which you earn; no more, no less. Whatever your present environment may be, you will fall, remain, or rise with your thoughts, your Vision, your Ideal. You will become as small as your controlling desire; as great as your dominant aspiration: in the beautiful words of Stanton Kirkham Davis, "You may be keeping accounts, and presently you shall walk out of the door that for so long has seemed to you the barrier of your ideals, and shall find yourself before an audience--the pen still behind

your ear, the ink stains on your fingers and then and there shall pour out the torrent of your inspiration. You may be driving sheep, and you shall wander to the city-bucolic and open-mouthed; shall wander under the intrepid guidance of the spirit into the studio of the master, and after a time he shall say, 'I have nothing more to teach you.' And now you have become the master, who did so recently dream of great things while driving sheep. You shall lay down the saw and the plane to take upon yourself the regeneration of the world."

The thoughtless, the ignorant, and the indolent, seeing only the apparent effects of things and not the things themselves, talk of luck, of fortune, and chance. Seeing a man grow rich, they say, "How lucky he is!" Observing another become intellectual, they exclaim, "How highly favoured he is!" And noting the saintly character and wide influence of another, they remark, "How chance aids him at every turn!" They do not see the trials and failures and struggles which these men have voluntarily encountered in order to gain their experience; have no knowledge of the sacrifices they have made, of the undaunted efforts they have put forth, of the faith they have exercised, that they might overcome the apparently insurmountable, and realize the Vision of their heart. They do not know the darkness and the heartaches; they only see the light and joy, and call it "luck". They do not see the long and arduous journey, but only behold the pleasant goal, and call it "good fortune," do not understand the process, but only perceive the result, and call it chance.

In all human affairs there are efforts, and there are results, and the strength of the effort is the measure of the result. Chance is not. Gifts, powers, material, intellectual, and spiritual possessions are the fruits of effort; they are thoughts completed, objects accomplished, visions realized.

The Vision that you glorify in your mind, the Ideal that you enthrone in your heart--this you will build your life by, this you will become.

## SERENITY

CALMNESS of mind is one of the beautiful jewels of wisdom. It is the result of long and patient effort in self-control. Its presence is an indication of ripened experience, and of a more than ordinary knowledge of the laws and operations of thought.

A man becomes calm in the measure that he understands himself as a thought evolved being, for such knowledge necessitates the understanding of others as the result of thought, and as he develops a right understanding, and sees more and more clearly the internal relations of things by the action of cause and effect he ceases to fuss and fume and worry and grieve, and remains poised, steadfast, serene.

The calm man, having learned how to govern himself, knows how to adapt himself to others; and they, in turn, reverence his spiritual strength, and feel that they can learn of him and rely upon him. The more tranquil a man becomes, the greater is his success, his influence, his power for good. Even the ordinary trader will find his business prosperity increase as he develops a greater self-control and equanimity, for people will always prefer to deal with a man whose demeanour is strongly equable.

The strong, calm man is always loved and revered. He is like a shade-giving tree in a thirsty land, or a sheltering rock in a storm. "Who does not love a tranquil heart, a sweet-tempered, balanced life? It does not matter whether it rains or shines, or what changes come to those possessing these blessings, for they are always sweet, serene, and calm. That exquisite poise of character, which we call serenity is the last lesson of culture, the fruitage of the soul. It is precious as wisdom, more to be desired than gold--yea, than even fine gold. How insignificant mere money seeking looks in comparison with a serene life--a life that dwells in the ocean of Truth, beneath the waves, beyond the reach of tempests, in the Eternal Calm!

"How many people we know who sour their lives, who ruin all that is sweet and beautiful by explosive tempers, who destroy their poise of character, and make bad blood! It is a question whether the great majority of people do not ruin their lives and mar their happiness by lack of self-control. How few people we meet in life who are well balanced, who have that exquisite poise which is characteristic of the finished character!

Yes, humanity surges with uncontrolled passion, is tumultuous with ungoverned grief, is blown about by anxiety and doubt only the wise man, only he whose thoughts are controlled and purified, makes the winds and the storms of the soul obey him.

Tempest-tossed souls, wherever ye may be, under whatsoever conditions ye may live, know this in the ocean of life the isles of Blessedness are smiling, and the sunny shore of your ideal awaits your coming. Keep your hand firmly upon the helm of thought. In the bark of your soul reclines the commanding Master; He does but sleep: wake Him. Self-control is strength; Right Thought is mastery; Calmness is power. Say unto your heart, "Peace, be still!"