

Gândurile și caracterul ...	5
Efectul gândurilor asupra circumstanțelor exterioare ...	9
Efectul gândurilor asupra sănătății și corpului fizic ...	19
Gândurile și menirea în viață ...	23
Importanța factorului gândirii în domeniul realizării ...	27
Viziuni și idealuri ...	31
Seninătatea ...	35

Gândurile și caracterul

Cartea Proverbelor (23:7) afirmă răspicat: „Omul devine ceea ce gândește în inima sa.” Acest aforism se aplică tuturor condițiilor și circumstanțelor în care trăiește omul. Noi devenim literalmente *ceea ce gândim*, caracterul nostru nefiind altceva decât suma totală a gândurilor noastre.

Așa cum o plantă se naște din sămânță, neputând exista în afara acesteia, fiecare act al nostru derivă din semințele ascunse ale gândurilor noastre și nu ar fi putut deveni niciodată manifest dacă acestea nu ar fi existat. Acest lucru este valabil inclusiv pentru actele așa-zis „spontane” sau „nepremeditate”, și cu atât mai mult pentru cele comise în mod deliberat.

Acțiunea este consecința gândirii, iar bucuria și suferința sunt fructele acesteia. Astfel, noi culegem ce am semănat, iar fructele pe care le culegem pot fi dulci sau amare.

Noi suntem ceea ce credem (în plan mental) că suntem. Dacă în mintea noastră există gânduri impure, noi avem de suferit. Dacă gândurile noastre sunt pure, ele conduc inevitabil la bucurie.

Creșterea umană este un fenomen natural, și nu o creație artificială. Legea cauzei și efectului este absolută și operează în egală măsură în lumea invizibilă a gândurilor și în cea vizibilă a obiectelor materiale. Un caracter nobil și plăcut lui Dumnezeu nu se naște întâmplător și nu este consecința norocului chior, ci rezultatul natural al unui efort continuu și al unei gândiri corecte. Cu alte cuvinte, el este efectul cultivării pe termen lung a gândurilor curate. Pe de altă parte, un caracter animalic și lipsit de noblețe este consecința cultivării continue a unor gânduri cu aceeași natură.

Noi ne creăm singuri caracterul și viața, dar așa cum le creăm, le putem transforma la fel de ușor. Prin gândurile noastre noi ne putem făuri armele prin care ne putem autodistrage, dar ne putem crea la fel de bine instrumentele prin care ne putem construi singuri un rai al bucuriei, puterii și păcii interioare. Dacă facem alegerile corecte și dacă ne orientăm gândurile către ceea ce este bun, noi ne putem înălța către Perfecțiunea Divină. Dar, dacă facem abuzuri și dacă ne orientăm gândurile către cele rele, putem coborî mai jos de regatul animalelor. Între cele două extreme pot exista cele mai variate tipuri de caractere umane. Cu alte cuvinte, noi suntem stăpânii destinului nostru și propriii noștri creatori.

Dintre toate adevărurile din adâncul sufletului care au fost scoase din nou la lumină în epoca modernă, niciunul nu este mai satisfăcător și mai plin de promisiuni divine ca acesta: că noi suntem stăpânii gândurilor noastre, făurarii caracterului nostru, creatorii condițiilor de mediu în care trăim și ai destinului nostru.

Dat fiind că suntem ființe înzestrate cu Putere, Inteligență și Iubire, și că deținem controlul absolut asupra gândurilor noastre, noi deținem cheia prin care putem debloca orice situație și puterea de a ne transforma și de a ne regenera prin care putem deveni tot ceea ce ne dorim.

Orice om este propriul său stăpân, chiar dacă se simte slab și abandonat. Din păcate, oamenii slăbiți și supuși degradării devin stăpâni debili și își guvernează în mod greșit „regatul”. Cine reflectează la condiția sa și caută cu perseverență Legea care îi guvernează existența, devine un stăpân înțelept și își direcționează energiile cu inteligență, focalizându-și gândurile asupra unor chestiuni cu adevărat importante pentru el. El devine astfel un maestru conștient și descoperă în el însuși legile gândirii. În acest scop, nu are nevoie decât de perseverență, autoanaliză și experiență.

Aurul și diamantele nu pot fi găsite decât prin astfel de căutări și săpături. În mod similar, noi putem descoperi în ființa noastră toate marile adevăruri, dacă vom săpa suficient de adânc în interiorul sufletului nostru. Vom înțelege astfel că noi ne creăm singuri propriul caracter, că ne modelăm singuri viața și că ne construim singuri destinul. Acest lucru poate fi dovedit dincolo de orice îndoială prin supravegherea, controlul și modificarea gândurilor noastre, inclusiv prin urmărirea efectelor lor asupra noastră, asupra celor din jur și asupra vieții și circumstanțelor în care trăim.

Printr-o investigație și o practică plină de răbdare, noi putem învăța să facem conexiunea între cauze și efecte, iar prin analizarea tuturor experiențelor prin care trecem, inclusiv a celor mai banale, noi putem obține acea cunoaștere de sine care este similară cu Înțelegerea, Înțelepciunea și Puterea. Aceasta este singura cale prin care putem intra în Templul Cunoașterii, unde vom găsi tot ceea ce căutăm. Această cale este una a răbdării, practicii și perseverenței.

Efectul gândurilor asupra circumstanțelor exterioare

Mintea umană poate fi comparată cu o grădină, ce poate fi cultivată inteligent sau lăsată în paragină. Indiferent dacă este cultivată sau neglijată, ea *dă însă fructe*. Chiar dacă omul nu cultivă semințe utile, există destule semințe inutile de buruieni care vor cădea, se vor acumula și vor da roade.

Așa cum un grădinar își cultivă lotul de pământ, semănând florile și fructele pe care le dorește și desțelenind buruienile, noi trebuie să ne îngrijim grădina minții, să smulgem „buriienile” gândurilor impure, nedemne, inutile și incorecte, și să cultivăm gânduri frumoase, nobile, curate și utile, tinzând astfel către perfecțiune. Prin acest proces, vom descoperi mai devreme sau mai târziu că suntem stăpânii propriului nostru suflet și ai vieții noastre. Mai mult, ajungem să descoperim legile gândirii și să înțelegem din ce în ce mai clar cum funcționează forțele-gânduri și elementele minții în modelarea caracterului, circumstanțelor și destinului nostru.

Gândurile și caracterul sunt același lucru. Așa cum caracterul se relevă numai prin manifestarea lui în circumstanțele exterioare, aceste circumstanțe depind întru totul de starea noastră interioară de spirit. Asta nu înseamnă că anumite circumstanțe prin care trecem exprimă întregul nostru caracter, ci doar că ele sunt intim conectate cu anumite gânduri pe care le emitem, fiind indispensabile pentru dezvoltarea noastră ulterioară.

Indiferent în ce etapă ne aflăm, aceasta corespunde întru totul legii existenței noastre, respectiv gândurilor care ne structurează caracterul. Nimic din viața noastră nu este întâmplător, totul fiind rezultatul legii, care nu poate da greș. Acest lucru este valabil în egală măsură pentru cei nemulțumiți de mediul exterior și pentru cei încântați de acesta.

Noi suntem ființe progresive, aflate în plin proces de evoluție. De aceea, fiecare etapă prin care trecem are unicul scop de a ne ajuta să creștem. Pe măsură ce ne învățăm lecțiile spirituale, etapele și circumstanțele vieții se modifică, făcând loc altor condiții și altor lecții.

Circumstanțele ne copleșesc doar atât timp cât avem convingerea că suntem sclavii condițiilor exterioare. Atunci când ajungem să înțelegem că noi suntem înzestrați cu o putere creatoare și că deținem controlul asupra solului nostru interior și a semințelor pe care le cultivăm în el, din care se nasc apoi circumstanțele exterioare, noi devenim stăpânii destinului nostru.

Orice om care a cultivat o vreme purificarea interioară și autocontrolul știe că circumstanțele exterioare derivă din gândurile sale, căci observă că modificarea acestora este direct proporțională cu transformarea stării sale mentale. De aceea, atunci când facem efortul sincer de a ne remedia defectele de caracter, cu scopul de a progresa rapid, noi trecem în mod automat printr-o suită de vicisitudini.

Sufletul atrage realitatea pe care o găzduiește în gândurile sale, în egală măsură lucrurile pe care le iubește și cele de care se teme. El se poate înălța până la nivelul aspirațiilor sale supreme, dar poate cădea la fel de ușor pe nivelul dorințelor sale neîmplinite. Modalitatea prin care el primește ceea ce merită reprezintă circumstanțele exterioare.

Orice sămânță-gând cultivată sau care ajunge întâmplător în minte tinde să prindă rădăcini aici, să producă roade, să înflorească mai devreme sau mai târziu sub forma acțiunilor și să genereze oportunități și circumstanțe similare esenței sale. Gândurile bune generează roade pozitive, iar cele rele roade negative.

Lumea exterioară a circumstanțelor se modelează în funcție de cea interioară a gândurilor. Din acest punct de vedere, atât circumstanțele plăcute cât și cele neplăcute servesc în egală măsură binelui suprem al individului, căci noi culegem ceea ce semănăm și învățăm atât din suferințe cât și din bucurii.

Prin urmărirea dorințelor, aspirațiilor și gândurilor noastre, în măsura în care ne lăsăm dominați de ele (fie de imaginația noastră impură, fie de gândurile noastre elevate și pure), noi ajungem să culegem în sfârșit roadele pe care le-am semănat, sub forma condițiilor exterioare din viața noastră. Acestea corespund legilor creșterii spirituale și adaptării la mediu.

Nimeni nu devine un bețiv sau un criminal din cauza tiraniei sorții sau a circumstanțelor exterioare, ci ca urmare a cultivării unor gânduri și dorințe impure. În mod similar, un om cu mintea pură nu poate cădea brusc în capcana crimei sau a stresului din cauza unor forțe exterioare oarecare. Criminalii au cultivat multă vreme gânduri odioase în inima lor, iar când oportunitatea li se prezintă, ei le manifestă brusc. Nimeni nu poate coborî panta viciului și a suferinței dacă nu a avut înclinații vicioase, la fel cum nu poate urca pe culmea virtuții fără cultivarea unor gânduri pure. Fiind stăpânii propriilor noastre gânduri, noi ne făurim singuri destinul, caracterul și mediul exterior. Nici chiar condițiile nașterii pe care le atrage sufletul nu sunt întâmplătoare, iar cu fiecare nou pas pe care îl face în acest pelerinaj terestru, el continuă să atragă acele combinații de condiții care îi reflectă propria puritate sau impuritate, propriile puteri și slăbiciuni, adică propria sa față (la fel ca o oglindă).

Noi nu atragem realitatea pe care ne-o *dorim*, ci ceea ce *suntem*. Poftele și ambițiile noastre apar și dispar la fiecare pas, dar gândurile și dorințele noastre cele mai profunde sunt alimentate de propria noastră hrană, care poate fi nutritivă sau nu. „Divinitatea care ne modelează destinul” se află în interiorul nostru, fiind chiar sinele nostru. Noi suntem cei care ne întemnițăm singuri, iar gândurile și acțiunile noastre sunt păzitorii Destinului. Ele ne pot deveni temnicheri dacă sunt impure, dar și îngeri păzitori dacă sunt pure și nobile. Noi nu primim lucrurile pe care ni le dorim și pentru care ne rugăm, ci cele pe care le merităm. Divinitatea nu ne răspunde la dorințe și rugăciuni decât dacă acestea se armonizează cu gândurile și cu acțiunile noastre.

Ce înseamnă, așadar, în lumina adevărului, să „lupți împotriva circumstanțelor”? Înseamnă să te revolți împotriva unui efect exterior, în timp ce în sinea ta îi alimentezi singur cauza prin gândurile pe care le cultivi în inima ta. Această cauză poate lua forma unui viciu conștient sau a unei slăbiciuni subconștiente, dar indiferent cum se manifestă, ea îți blochează eforturile conștiente și te silește să găsești un remediu.

Toți oamenii își doresc să își îmbunătățească circumstanțele exterioare, dar puțini își doresc să se perfecționeze. De aceea, ei continuă să rămână înlanțuiți. Cine nu se crucifică singur nu are niciun motiv să nu își îndeplinească toate obiectivele pe care și le propune, lucru valabil în egală măsură pentru cele pământești și pentru cele cerești. Chiar și cei care nu își doresc altceva decât bogăție exterioară trebuie să fie pregătiți să facă mari sacrificii personale înainte de a-și îndeplini obiectivul. De bună seamă, acest lucru este cu atât mai mult valabil pentru cei care își stabilesc ca obiectiv realizarea unei vieți echilibrate și armonioase.

Să luăm exemplul unui om sărac lipit. El își dorește cu disperare să își îmbunătățească mediul exterior și confortul personal, dar în același timp își bate joc de munca sa și se consideră îndreptățit să își înșele patronul sub pretextul salariului insuficient pe care i-l plătește acesta. Un astfel de om nu înțelege nici măcar rudimentele acestor principii care stau la baza adevăratei prosperități, așa că nu numai că nu are nicio șansă de a ieși din sărăcie în care se zbate, dar chiar atrage o sărăcie încă și mai mare prin indolența și gândurile sale negative, impure și mincinoase.

Să luăm acum exemplul unei femei bogate care este victima unei boli dureroase și persistente datorate lăcomiei sale. Ea este dispusă să plătească oricât pentru a se vindeca, dar nu renunță la dorințele sale lacome. Cu alte cuvinte, ea și-ar dori să se bucure în egală măsură de poftele sale nefirești și de o sănătate perfectă. Din păcate pentru ea, această femeie nu are nicio șansă să se vindece, căci nu a învățat care sunt principiile unei vieți sănătoase.

Un alt exemplu pe care îl putem da este cel al unui angajator care încearcă să evite plata salariului minim impus de stat, reducând salariile angajaților săi cu scopul de a-și maximiza profitul personal. Acest om nu merită să se bucure de prosperitate, iar când se trezește falit și cu reputația pătată, el dă vina pe circumstanțele exterioare, fără să își dea seama că le-a atras singur prin comportamentul său.

Exemplele de mai sus nu fac decât să ilustreze adevărul că fiecare om își generează singur circumstanțele exterioare (ce-i drept, cel mai adesea inconștient). Deși încearcă să își îmbunătățească aceste circumstanțe, atât timp cât gândurile și dorințele sale nu se armonizează cu scopul său, el nu are nicio șansă să și-l atingă și se va simți în permanență frustrat. Exemplele de mai sus pot fi multiplicare și variate la infinit, dar acest lucru nu este necesar, căci tu poți urmări acțiunea legilor gândirii în propria ta minte și în propria ta viață. Simpla urmărire a circumstanțelor exterioare nu este suficientă pentru a te ajuta să înțelegi aceste lucruri, și cu atât mai puțin să îți modifice în bine aceste circumstanțe.

Pe de altă parte, circumstanțele exterioare sunt atât de complicate, gândurile sunt atât de profund înrădăcinate și percepția fericirii variază atât de mult de la un individ la altul încât nimeni nu poate judeca întreaga condiție a sufletului unei persoane ținând cont doar de aspectele exterioare ale vieții sale. De pildă, este posibil ca cineva să fie onest în anumite privințe, dar să sufere de anumite privațiuni. Un altul poate fi necinstit în anumite privințe, și totuși să se bucure de bogăție. În astfel de cazuri, oamenii superficiali se grăbesc să tragă concluzia pripită că primul *suferă de sărăcie din cauza onestității sale*, iar al doilea *prosperă din cauza necinstei sale*. Acest mod de a gândi este foarte imatur, întrucât pornește de la premisa că omul necinstit este corupt în totalitate, iar cel onest este sută la sută virtuos. Oamenii înzestrați cu o cunoaștere mai profundă și cu o experiență mai vastă realizează că acest mod de a gândi este eronat. Spre exemplu, omul necinstit poate avea alte virtuți admirabile, pe care cel aparent onest nu le are, la fel cum acesta din urmă poate avea vicii pe care primul nu le are. Astfel, omul onest va culege mai devreme sau mai târziu rezultatele onestității sale, dar tot el reprezintă cauza sărăciei sale, datorită viciilor pe care le are. În mod similar, cel necinstit culege cu siguranță roadele virtuților și viciilor sale, manifestate sub forma fericiri și suferinței.

Vanității umane îi place să creadă că oamenii suferă din cauza virtuților lor. În realitate, nimeni nu poate declara cu certitudine că suferințele sale sunt consecința calităților sale pozitive, și nu cea a viciilor sale, atât timp cât nu și-a eliminat chiar și ultimul gând impur din minte și chiar și ultima pată de pe suflet. Oamenii aflați în drumul către Perfecțiune, dar încă departe de aceasta, sunt nevoiți să suporte consecințele Marii Legi, care este întotdeauna absolut dreaptă, neoferind niciodată lucruri bune pentru gânduri rele și invers. Cine ajunge la această cunoaștere își poate privi retroactiv viața, dându-și seama că aceasta a fost dintotdeauna ordonată corect, toate experiențele sale din trecut – deopotrivă cele plăcute și cele neplăcute – fiind consecința echitabilă a gândurilor emaneate de sinele său încă insuficient de evoluat (deși aflat în plin proces de evoluție).

Gândurile și acțiunile bune nu pot produce niciodată rezultate rele, la fel cum gândurile și acțiunile rele nu pot produce niciodată consecințe benefice. Lucrurile se petrec la fel ca în lumea plantelor, în care dintr-un porumb nu poate rezulta decât porumb, la fel cum dintr-o urzică nu poate crește altceva decât urzici. Această lege este ușor de înțeles și de aplicat în lumea naturii, dar puțini oameni o înțeleg și o aplică lumii lor mentale și morale, chit că maniera sa de operare este la fel de implacabilă și de ușor de urmărit). De aceea, puțini oameni cooperează cu adevărat cu această lege.

Suferința este *întotdeauna* efectul gândurilor negative. Ea arată că nu suntem în armonie cu noi înșine, și deci cu Legea Vieții. Unicul scop al suferinței este purificarea, respectiv arderea

gândurilor inutile și impure. În cazul oamenilor puri, suferința nu poate exista. Odată arse impuritățile minereului, aurul nu mai trebuie ars. În mod similar, o ființă perfect pură și iluminată nu are de ce să sufere.

Circumstanțele asociate cu suferința sunt rezultatul lipsei de armonie interioară (la nivel mental). Cele asociate cu binecuvântarea sunt rezultatul armoniei interioare. Măsura gândurilor corecte este starea de binecuvântare, nu posesiunile materiale. În mod similar, măsura gândurilor incorecte este nefericirea, nu lipsa posesiunilor materiale. Există oameni blestemați, dar bogați, la fel cum există oameni binecuvântați, dar săraci. Binecuvântarea nu se asociază cu bogăția materială decât atunci când atunci când din urmă este folosită în mod just și cu înțelepciune. La rândul lui, omul sărac nu devine nefericit decât dacă este nemulțumit de destinul său, considerându-l nedrept.

Cele două extreme ale negativității sunt sărăcia și excesul. Ele sunt la fel de nefirești și sunt consecința unui dezechilibru interior. Indiciile armoniei sunt fericirea, sănătatea și prosperitatea. Aceste indicii sunt consecința adaptării echilibrate a mediului interior la cel exterior, respectiv a integrării noastre armonioase în mediul înconjurător.

Noi nu putem deveni maturi decât atunci când încetăm să ne mai plângem și să mai dăm vina pe alții, respectiv când începem să căutăm justiția ascunsă care ne guvernează viața. Pe măsură ce ne adaptăm mintea ținând cont de acest factor, noi renunțăm să îi mai acuzăm pe ceilalți pentru propriile noastre circumstanțe și începem să ne construim gânduri nobile și ferme. Nu ne mai revoltăm împotriva condițiilor exterioare, ci începem să ne folosim de acestea pentru a progresa mai rapid și pentru a ne descoperi puterile ascunse și posibilitățile acumulate înlăuntrul nostru.

Principiul care prevalează în univers este legea, nu confuzia. Sufletul și substanța vieții este justiția, nu in justiția. Forța care pune în mișcare și guvernează lumea este dreptatea, nu nedreptatea. Ce-i drept, pentru a putea observa că universul este drept, noi trebuie să devenim noi înșine drepti, adică să ne armonizăm. De-a lungul acestui proces, vom constata că pe măsură ce ne modificăm gândurile în raport cu alți oameni și cu diferite situații, gândurile oamenilor față de noi și situațiile se schimbă la rândul lor.

Dovada acestui adevăr există în viața tuturor oamenilor și poate fi investigată rapid printr-o introspecție și o autoanaliză sistematică. Dacă ne vom modifica în mod radical gândurile, vom rămâne uimiți de transformarea rapidă a condițiilor materiale în care trăim. Unii își imaginează că gândurile pot fi ținute secrete, dar nu pot. Ele se cristalizează rapid în obiceiuri, iar obiceiurile se solidifică în circumstanțe exterioare. Gândurile animalice se cristalizează în obiceiuri precum alcoolismul și desfrâul, care se solidifică în degradare și boală. Gândurile impure de orice fel se cristalizează în obiceiuri degradante și confuze, care se solidifică în circumstanțe adverse și în dificultăți. Gândurile de teamă, îndoială și indecizie se cristalizează în obiceiuri ce conduc la slăbiciune și inconstanță, care se solidifică în circumstanțele specifice eșecului, sărăciei și dependenței (similară sclaviei). Cele de lene se cristalizează în obiceiuri precum necinstea și indecența, care se solidifică în circumstanțe precum grosolănia și cerșitul. Gândurile de ură și resentiment se cristalizează în obiceiuri precum acuzațiile și violența, care se solidifică în circumstanțe precum rănilor și persecuțiile. Gândurile egoiste de toate felurile se cristalizează în obiceiuri egocentrice, care se solidifică în circumstanțe dintre cele mai neplăcute. Pe de altă parte, gândurile frumoase de toate felurile se cristalizează în obiceiuri pline de grație și de bunătate, care se solidifică în circumstanțe geniale și însoțite. Gândurile pure se cristalizează în obiceiuri precum cumpătarea și autocontrolul, care se solidifică în circumstanțe precum liniștea și pacea interioară. Gândurile de curaj, independență și decizie se cristalizează în obiceiuri puternice, care se solidifică în circumstanțe asociate cu succesul, abundența și libertatea. Cele pline de energie se cristalizează în obiceiul curățeniei și al muncii asidue, care se solidifică în circumstanțe ce asigură protecția și securitatea. Gândurile pline de iubire și de altruism se cristalizează în obiceiul iertării de sine și față de ceilalți, care se solidifică în circumstanțe precum prosperitatea și bogăția.

Mai devreme sau mai târziu, orice gânduri cultivate cu perseverență (deopotrivă bune sau rele) generează rezultate similare asupra caracterului și circumstanțelor exterioare. Nimeni nu își poate

alege direct circumstanțele, dar orice om își poate alege gândurile, modelându-și indirect circumstanțele exterioare.

Natura ne ajută dăruindu-ne gânduri încurajatoare și prin prezentarea unor oportunități care scot la suprafață gândurile similare asociate cu ele.

Dacă vom renunța să mai emitem gânduri păcătoase, întreaga lume se va purta mai frumos cu noi și va fi gata să ne ajute. Dacă vom renunța la gândurile de slăbiciune și de boală, în viața noastră vor apărea oportunități vindecătoare. Dacă vom cultiva gânduri bune, soarta nu ni se va mai părea crudă și nu ne va conduce niciodată către circumstanțe care ne vor umple de rușine. Lumea este caleidoscopul nostru personal, iar diferitele combinații de culori pe care ni le prezintă în fiecare clipă sunt proiecții colorate ale propriilor noastre gânduri.