

WILLIAM WALKER ATKINSON

La Ley de la Atracción

en el mundo del pensamiento



irio

La Ley de la Atracción

en el mundo del pensamiento

Si este libro le ha interesado y desea que lo mantengamos informado de nuestras publicaciones, escribanos indicándonos qué temas son de su interés (Astrología, Autoayuda, Ciencias Ocultas, Artes Marciales, Naturismo, Espiritualidad, Tradición...) y gustosamente lo complaceremos.

Puede contactar con nosotros en
comunicación@editorialsirio.com

Título original: THOUGHT VIBRATION OR THE LAW OF ATTRACTION IN THE THOUGHT WORLD
Traducido del inglés por Miguel Portillo
Diseño de portada: Editorial Sirio, S.A.

© de la presente edición

EDITORIAL SIRIO, S.A.
C/ Panaderos, 14
29005-Málaga
España

EDITORIAL SIRIO
Nirvana Libros S.A. de C.V.
Camino a Minas, 501
Bodega nº 8, Col. Arvide
Del.: Alvaro Obregón
México D.F., 01280

ED. SIRIO ARGENTINA
C/ Paracas 59
1275- Capital Federal
Buenos Aires
(Argentina)

www.editorialsirio.com
E-Mail: sirio@editorialsirio.com

I.S.B.N.: 978-84-7808-619-1
Depósito Legal: B-25.014-2009

Impreso en los talleres gráficos de Romanya/Valls
Verdaguer 1, 08786-Capellades (Barcelona)

Printed in Spain

«Cualquier forma de reproducción, distribución, comunicación pública o transformación de esta obra sólo puede ser realizada con la autorización de sus titulares, salvo excepción prevista por la ley. Dirijase a CEDRO (Centro Español de Derechos Reprográficos, www.cedro.org) si necesita fotocopiar o escanear algún fragmento de esta obra».

William Walker Atkinson

La Ley de la Atracción
en el mundo del pensamiento

editorial irio, s.a.



Introducción

El Universo está gobernado por una ley, una ley muy importante. Sus manifestaciones son multiformes, pero consideradas desde un punto de vista fundamental, es claro que no existe más que una ley. Conocemos algunas de sus manifestaciones, pero lo ignoramos todo acerca de otras. No obstante, cada día aprendemos un poco más acerca de ellas, el velo se va descorriendo gradualmente.

Hablamos intelectualmente de la Ley de la Gravitación, pero desconocemos que también ésta es una maravillosa manifestación de LA LEY DE LA ATRACCIÓN. Estamos familiarizados con esa maravillosa manifestación de la ley que atrae y mantiene unidos los átomos de los que se compone la materia; reconocemos el poder de la ley que atrae los cuerpos a la tierra, que mantiene los planetas en su sitio, pero cerramos los ojos a **la potente ley que atrae hacia nosotros aquello que deseamos o tememos, aquello que crea o que arruina nuestras vidas.**

Cuando nos percatamos de que el Pensamiento es una fuerza —una manifestación de energía— que cuenta con el poder magnético de atracción, empezamos a comprender el porqué de muchas cosas que hasta entonces desconocíamos. No hay estudio que compense más al estudiante por el tiempo invertido que el estudio del funcionamiento de esta poderosa Ley del Mundo del Pensamiento: la Ley de la Atracción.

Cuando pensamos transmitimos unas vibraciones de una sustancia fina y etérea que son tan reales como las vibraciones que manifiestan luz, calor, electricidad y magnetismo. Que esas vibraciones no resulten evidentes para nuestros cinco sentidos no significa que no existan. Un potente imán enviará vibraciones y ejercerá una fuerza suficiente para atraer hacia sí mismo un pedazo de acero que pese cien kilos, pero no podemos ver, gustar, oler, escuchar ni sentir esa fuerza. De igual manera, las vibraciones del pensamiento tampoco pueden verse, gustarse, olerse, escucharse ni sentirse de manera ordinaria. Aunque bien es cierto que existen casos documentados de personas especialmente sensibles a las impresiones psíquicas, que han percibido potentes ondas de pensamiento, y muchos de nosotros podemos testimoniar que hemos sentido con claridad las vibraciones del pensamiento de otras personas, tanto en presencia del emisor como a distancia. La telepatía y sus fenómenos asociados no son ninguna tontería.

La luz y el calor se manifiestan a través de vibraciones de una intensidad mucho menor que las del pensamiento, pero la diferencia estriba únicamente en la tasa

vibratoria. Los anales de la ciencia aportan cierta luz sobre esta cuestión. Elisha Gray dice en su libro *The Miracles of Nature*:

Se especula mucho acerca de la existencia de ondas sonoras que el oído humano no puede captar, y de ondas de luz de color que el ojo no puede percibir. El enorme, oscuro y mudo espacio existente entre 40.000 y 400.000.000.000.000 vibraciones por segundo, y la infinitud más allá de las 700.000.000.000.000 vibraciones por segundo, donde cesa la luz, en el universo del movimiento, permite abandonarse a todo tipo de especulaciones.

M. M. Williams afirma, en su obra titulada *Short Chapters in Science*:

No existe gradación entre las ondulaciones o temblores más rápidos producidos por nuestra sensación del sonido, y las más lentas de ellas, que dan paso a nuestras sensaciones de la más delicada calidez. Existe una enorme laguna entre ellas, lo suficientemente grande como para incluir otro mundo de movimiento, ocupando un espacio entre nuestro mundo de sonido y nuestro mundo de calor y luz; y no existe ninguna razón lo suficientemente buena como para suponer que la materia sea incapaz de una actividad intermedia de ese tipo, para imaginar que dicha actividad no pudiera dar paso a sensaciones de otro tipo, siempre que existan órganos que recojan y sientan sus movimientos.

Cito a esas autoridades sólo para ofrecer ideas sobre las que reflexionar, y no con la intención de demostrar la existencia de las vibraciones del pensamiento. Este último hecho ha sido totalmente demostrado para satisfacción de numerosos investigadores de ese campo, y una pequeña reflexión te demostrará que coincide con tus propias experiencias.

A menudo oímos la conocida declaración de la ciencia mental acerca de que los «pensamientos son cosas», y pronunciamos esas palabras sin comprender conscientemente qué significan en realidad. Si comprendiésemos por completo la verdad de esa afirmación y las consecuencias naturales de la verdad que la sostienen, podríamos entender muchas cosas que hasta el momento nos resultan oscuras, y utilizar la maravillosa energía de la fuerza del pensamiento, igual que empleamos cualquier otra manifestación energética.

Como ya he dicho, cuando pensamos ponemos en marcha vibraciones de movimiento de un nivel muy elevado, **igual de reales que las vibraciones de luz, calor, sonido y electricidad**. Y cuando comprendamos las leyes que gobiernan la producción y transmisión de estas vibraciones, podremos utilizarlas en nuestra vida cotidiana, igual que hacemos con otras formas de energía más conocidas. Que no podamos ver, escuchar, pesar o medir esas vibraciones no demuestra que no existan. Hay ondas de sonido que ningún oído humano puede escuchar, aunque algunas de ellas sin duda son registradas por el oído de algunos insectos, y otras son captadas por instrumentos muy sensibles inventados por el ser humano; no obstante,

existe una enorme brecha entre los sonidos registrados por los instrumentos más sensibles y el límite que la mente humana, razonando por analogía, considera como la línea de separación entre las ondas sonoras y otras formas de vibraciones. Existen ondas lumínicas que el ojo del ser humano no registra, algunas de las cuales pueden ser recogidas por los instrumentos más sensibles, y otras mucho más sutiles que todavía no pueden detectarse por falta de los instrumentos adecuados, aunque cada año se realizan avances y el terreno inexplorado va disminuyendo de manera gradual.

La invención de nuevos instrumentos hace que aparezcan vibraciones hasta el momento desconocidas; **no obstante, esas vibraciones eran tan reales antes de la invención del instrumento como después.** Supongamos que carecemos de instrumentos para registrar el magnetismo: uno podría sentirse justificado para negar la existencia de esa potente energía, ya que no podría probarse, sentirse, olerse, escucharse, verse, pesarse o medirse. Sin embargo, el imán sigue enviando ondas de una fuerza suficiente como para atraer hacia sí pedazos de metal que pesan cientos de kilos.

Cada forma de vibración requiere su propio tipo de instrumento que la registre. Actualmente, el cerebro humano parece ser el único instrumento capaz de registrar ondas de pensamiento, aunque los ocultistas creen que los científicos pronto inventarán aparatos lo suficientemente sensibles como para recoger y registrar ese tipo de impresiones. Y por las informaciones de que disponemos en el momento presente, da la impresión de que

ese invento aparecerá en breve. Pero quienes han experimentado en el campo de la telepatía práctica no requieren más demostraciones que los resultados de sus propios experimentos.

Enviamos pensamientos de mayor o menor intensidad continuamente, cosechando sus resultados. Nuestras ondas de pensamiento no sólo nos influyen a nosotros y a los demás, sino que tienen un poder de atracción: atraen hacia nosotros pensamientos ajenos, cosas, circunstancias, personas y «suerte», de acuerdo con el carácter del pensamiento dominante en nuestras mentes. Los de amor atraerán hacia nosotros el amor de los demás, las circunstancias y el entorno de acuerdo con el pensamiento, así como personas de pensamiento parecido. Los de cólera, odio, envidia, malicia y celos atraerán hacia nosotros el aliento fétido de pensamientos parecidos que emanan de las mentes de otras personas, circunstancias en las que nos veremos obligados a manifestar esos pensamientos viles y a recibirlos también de parte de otros, individuos que manifestarán falta de armonía, y demás. Un pensamiento intenso o largamente mantenido nos convertirá en el centro de atracción de las ondas de pensamiento correspondientes de otras personas. En el mundo del pensamiento, los análogos se atraen, y recogemos aquello que sembramos. En el mundo del pensamiento vuelan juntos los pájaros de plumaje parecido: las maldiciones vuelven a posarse en casa, como las aves, y lo hacen acompañadas de amigos que se les parecen.

El ser humano lleno de amor percibe amor por todas partes y atrae el amor de los demás. El ser humano que

alberga odio en su corazón recibe todo el odio que puede soportar. El ser humano que piensa en luchar suele luchar contra todo lo que puede hasta que lo supera. Y así con todo el mundo: cada uno recibe lo que pide a través de la telegrafía sin cables de la mente. Quien se despierta por la mañana sintiéndose de mal humor suele conseguir que toda la familia se ponga del mismo humor antes de acabar de desayunar. La mujer fastidiosa suele enfrentarse a lo largo del día con todo aquello que pueda alimentar su propensión fastidiosa.

Esta cuestión de la Atracción del Pensamiento es un asunto serio. Cuando se piensa bastante en ello, uno se da cuenta de que una persona crea sus propias circunstancias, aunque culpe de ello a otras. He conocido a gente que ha comprendido esta ley y que mantiene un pensamiento tranquilo y positivo, y no se ve afectada de ninguna manera por la falta de armonía que pudiera rodearla. Estas personas son como el recipiente del que se vierte aceite en aguas turbulentas: permanecen serenos y tranquilos mientras la tormenta brama a su alrededor. Cuando ha comprendido el funcionamiento de la Ley, uno no se halla a merced de las caprichosas tormentas del pensamiento.

Hemos pasado por la era de la fuerza física para ir a parar a la de la supremacía intelectual, y ahora estamos entrando en un campo casi desconocido: el de la energía psíquica. Este campo cuenta con sus propias leyes y debemos familiarizarnos con ellas o bien éstas nos superarán, como les ocurre a quienes ignoran los planos de esfuerzo. Intentaré aclararte los importantes principios que subyacen

a este nuevo campo de energía que se abre ante nosotros, para que puedas utilizar esta gran energía y aplicarla con propósitos legítimos y dignos, igual que el ser humano utiliza hoy en día el vapor, la electricidad y otras formas de energía.



Las ondas de pensamiento y su proceso de reproducción

El pensamiento produce ondas que se extienden sobre el gran océano del pensamiento, igual que cuando se tira una piedra al agua. Pero existe una diferencia: las ondas sobre el agua se mueven en todas direcciones pero en un único plano, mientras que las ondas de pensamiento se mueven en todas las direcciones a partir de un centro común, como hacen los rayos del sol.

De igual manera que aquí en la Tierra estamos rodeados por un gran mar de aire, también estamos rodeados por un gran mar de Mente. Nuestras ondas de pensamiento se mueven a través de este vasto éter mental, extendiéndose en todas direcciones, como ya he dicho, disminuyendo de intensidad dependiendo de la distancia recorrida, a causa de la fricción ocasionada por su entrada en contacto con el gran cuerpo de Mente que nos rodea por todas partes.

Esas ondas de pensamiento disponen de otras cualidades distintas que las ondas sobre el agua. Cuentan con la capacidad de autorreproducirse. En este sentido se parecen más a las ondas sonoras que a las ondas sobre el agua. Al igual que una nota del violín hace que el cristal muy fino vibre y «cante», también un pensamiento intenso tiende a despertar vibraciones similares en las mentes sintonizadas para recibirlo. Muchos de los «pensamientos erráticos» que nos llegan no son sino reflejos de vibraciones de respuesta a ciertos pensamientos intensos enviados por otra persona. Pero a menos que nuestras mentes estén sintonizadas para recibirlo, no es probable que el pensamiento nos afecte. Si mantenemos pensamientos elevados e importantes, nuestras mentes adquieren cierta tonalidad que corresponde al carácter de los pensamientos que hemos estado teniendo. Y una vez que se establece esta tónica, estaremos en situación de captar las vibraciones de otras mentes moduladas respecto al mismo pensamiento. Por otra parte, no tenemos más que habituarnos a mantener pensamientos de un carácter opuesto y no tardaremos en reflejar el tono de los pensamientos que emanan las mentes de los miles de personas que piensan cosas parecidas.

Somos en gran parte aquello que hemos pensado, y el equilibrio viene representado por el carácter de las sugerencias y pensamientos de otros, que nos han llegado bien de manera directa a través de sugestiones verbales o telepáticamente a través de esas ondas de pensamiento. Pero nuestra actitud mental general determina el carácter de las ondas de pensamiento recibidas de los demás así

como los pensamientos que emanan de nosotros mismos. Sólo recibimos aquellos pensamientos que están en armonía con la actitud mental general que mantenemos; los que no están en armonía nos afectan muy poco, ya que no despiertan ninguna respuesta en nosotros.

Quien cree firmemente en sí mismo, y mantiene una intensa y positiva actitud mental de confianza y determinación, no es probable que se vea afectado por los pensamientos adversos y negativos de desánimo y fracaso que pudieran emanar de las mentes de otras personas en las que éstos predominan. Al mismo tiempo, esos pensamientos negativos, si alcanzan a alguien cuya actitud mental está sintonizada en una tonalidad baja, profundizarán su estado negativo y echarán leña al fuego que consume su energía, o, si prefieres otra analogía, servirán para apagar el fuego de su energía y actividad.

Atraemos los pensamientos ajenos del mismo orden. Quien piensa en el éxito sintonizará con las mentes de otros que piensen parecido, y éstos le ayudarán, y él a ellos. Quien permite que su mente more constantemente en pensamientos de fracaso se acerca a las mentes de otra gente «fracasada», y cada una de ellas tenderá a hundir más a las otras. Quien piensa que todo es malo está capacitado para ver mucho mal, y entrará en contacto con otros que parecerán demostrar su teoría. Y quien busque lo bueno en todo y en todo el mundo es probable que atraiga las cosas y las personas que correspondan a esa manera de pensar. Por lo general vemos aquello que buscamos.

Podrás desarrollar esta idea con más claridad si piensas en los aparatos de radio, que reciben vibraciones únicamente

de la emisora que está sintonizada en la misma onda, mientras que otras señales pasan por el aire muy cerca sin afectar al aparato receptor. La misma ley puede aplicarse a las operaciones del pensamiento. Sólo recibimos aquello que corresponde a nuestra sintonía mental. Si nos sentimos desanimados, podemos tener la seguridad de que hemos caído en una clave, en un tono negativo, y que no sólo nos veremos afectados por nuestros propios pensamientos, sino que también recibiremos otros igualmente depresivos de tipo parecido, que son emitidos de manera constante por las mentes de otros desafortunados que todavía no se enteraron de la existencia de la Ley de Atracción. Y si alguna vez nos elevamos a las alturas del entusiasmo y la energía, no tardaremos en sentir la llegada de pensamientos animosos, atrevidos, energéticos y positivos enviados por los hombres y mujeres del mundo. Podemos reconocer esta circunstancia sin mucho esfuerzo cuando entramos en contacto personal con la gente y sentimos sus vibraciones, depresivas o estimulantes, según sea el caso. Cuando no nos hallamos en su presencia también opera la misma ley, aunque con menos intensidad.

La mente cuenta con muchas tonalidades, desde la nota positiva más alta hasta la nota negativa más baja, con muchas otras notas intermedias, variando de tono dependiendo de su distancia respectiva del extremo positivo o negativo.

Cuando tu mente opera en términos positivos te sientes fuerte, animado, luminoso, contento, feliz, confiado y valiente, y puedes realizar tu trabajo bien, llevar a cabo tus intenciones y progresar hacia el éxito. Emites

intensos pensamientos positivos, que afectan a otras personas, consiguiendo que cooperen contigo o sigan tu liderazgo, dependiendo de su propia tonalidad mental.

Cuando tocas en el extremo negativo del teclado mental, te sientes deprimido, débil, pasivo, aturdido, temeroso y cobarde. Te descubres incapaz de progresar o triunfar, tu efecto sobre los demás es prácticamente nulo. Te ves arrastrado por ellos, en lugar de liderarlos, y las personas más positivas te tratan como un trapo.

En algunos individuos parece predominar el elemento positivo, y en otros la tendencia negativa parece ser más evidente. Pero claro está, los grados de positividad y negatividad varían enormemente, y B puede resultar negativo para A, mientras que C lo considera positivo. Cuando dos personas se conocen suele existir un conflicto mental silente en el que sus mentes respectivas comprueban su calidad de positividad y establecen su posición relativa entre sí. Este proceso puede ser inconsciente en muchos casos; no obstante, es algo que sucede. El ajuste suele ser automático, pero de vez en cuando la lucha es tan enconada —los oponentes encajan tan bien— que la cuestión se abre paso en la conciencia de ambas personas. A veces las dos partes son tan parecidas en su grado de positividad que no consiguen llegar a un acuerdo mental; no pueden hacer migas entre sí y se sienten mutuamente repelidas y separadas, o bien permanecen juntas entre disputas y discusiones constantes.

Somos positivos o negativos para todos aquellos con los que establecemos contacto. Podemos ser positivos para nuestros hijos, nuestros empleados y dependientes,

pero al mismo tiempo resultamos negativos para otros, respecto a los que ocupamos posiciones inferiores, o a los que hemos permitido imponerse a nosotros.

Claro está, puede ocurrir algo y de repente nos tornamos más positivos que el hombre o la mujer para quien hasta el momento éramos negativos. Los casos de ese tipo son bastante frecuentes. Y cuando el conocimiento de esas leyes mentales se vaya generalizando, veremos más casos de personas que se hacen valer, utilizando su recién descubierta energía.

Pero recuerda que posees el poder de elevar el tono de tu mente hasta alcanzar una tonalidad positiva gracias a la fuerza de voluntad. Y, claro está, también es cierto que puedes dejarte caer en un tono bajo y negativo merced a la dejadez o a una voluntad débil.

Hay más gente en el plano de pensamiento negativo que en el positivo, y por ello en nuestra atmósfera mental existen más vibraciones de pensamiento negativas. Pero por fortuna para nosotros, esto se ve equilibrado por el hecho de que un pensamiento positivo es infinitamente más potente que uno negativo, y si gracias a la fuerza de voluntad nos elevamos a un tono mental más elevado, podemos cerrarle el paso a los pensamientos deprimentes y aceptar las vibraciones que correspondan a nuestra nueva actitud mental. Éste es uno de los secretos de las afirmaciones y autosugestiones utilizadas por las diversas escuelas de Ciencia Mental y otros enfoques del Nuevo Pensamiento. Las afirmaciones en sí mismas carecen de mérito, pero tienen un doble propósito:

1. Tienden a establecer nuevas actitudes mentales en nosotros y son estupendas para el desarrollo del carácter, la ciencia de autotransformarnos.
2. Tienden a elevar el tono mental, de manera que podemos beneficiarnos de las ondas de pensamiento positivo de otros en el mismo plano de pensamiento.

Tanto si creemos en ellas como si no, siempre estamos haciendo afirmaciones. Quien asegura poder hacer algo —y lo afirma con ganas— desarrolla en sí mismo las cualidades que facilitan la consecución de ello, y al mismo tiempo sitúa su mente en el tono adecuado para recibir las ondas de pensamiento que pudieran ayudarle a lograrlo. Si, por otra parte, uno dice y siente que va a fracasar, no hará más que ahogar y sofocar los pensamientos procedentes de su propia mentalidad subconsciente, que tiene por objeto ayudarle, sintonizándose a sí mismo con el pensamiento de fracaso del mundo, y te aseguro que es algo que ahora mismo abunda mucho.

No debemos dejarnos afectar por los pensamientos adversos y negativos de quienes nos rodean. Hay que elevarse a las cámaras superiores de la morada mental y sintonizar un tono más elevado, por encima de las vibraciones de los planos de pensamiento inferiores. Entonces no sólo serás inmune a sus vibraciones negativas, sino que entrarás en contacto con el importante cuerpo de intenso pensamiento positivo procedente de aquellos que ocupan el mismo plano de desarrollo que tú. Mi objeto será dirigirte y formarte acerca del uso adecuado del pensamiento

y la voluntad, para que puedas utilizarlos bien y ser capaz de tocar la nota positiva en cualquier momento que pudieras considerar necesario. No es que haya que tocar la nota más elevada en todas las ocasiones. Lo más conveniente es mantenerse en un tono que resulte cómodo, sin mucho esfuerzo, y contar con los medios para poder elevar dicho tono cuando la ocasión así lo requiera. Mediante este conocimiento no estarás a merced de la vieja acción automática de la mente, sino que será ella la que se encuentre bajo tu control.

El desarrollo de la voluntad se parece mucho al desarrollo de un músculo: es cuestión de práctica y de mejora gradual. Al principio es normal que resulte cansado, pero con cada nuevo intento uno va cobrando fuerza hasta que esta nueva fuerza se torna real y permanente. Muchos de nosotros nos hemos tornado positivos al encontrarnos en situaciones extraordinarias o urgentes. Tenemos la costumbre de sacar fuerzas de flaqueza cuando la ocasión así lo requiere. Pero mediante la práctica inteligente la voluntad se reforzará de tal manera que tu estado habitual será equivalente a tu «sacar fuerzas de flaqueza» actual, y luego, cuando creas necesario aplicar el refuerzo, podrás alcanzar una posición que ahora ni siquiera puedes imaginar.

No creas que definiendo que te halles en un estado permanente de alta tensión. De ninguna manera, además de que no es deseable, y no sólo porque canse, sino también porque a veces te parecerá necesario aflojar la tensión y tornarte receptivo para así poder absorber impresiones. Es preciso poder relajarse y asumir cierto grado de receptividad,

sabiendo que se está siempre en situación de recuperarse y adoptar un estado más asertivo, según se desee. La persona siempre muy asertiva se pierde mucho disfrute y esparcimiento. Al ser asertivo te expresas; al ser receptivo aceptas impresiones. Al ser asertivo eres un maestro; al ser receptivo te tornas alumno. No sólo es bueno ser un buen maestro, sino que también es importante saber ser un buen oyente.



Charla sobre la mente

El ser humano sólo dispone de una mente, pero cuenta con muchas facultades mentales, y cada una de ellas es capaz de funcionar en dos direcciones distintas de esfuerzo mental. No existen claras líneas de separación que dividan las diversas funciones de una facultad, pero se solapan entre sí como los colores del espectro.

Una fuerza activa de cualquier facultad de la mente es el resultado de un impulso directo transmitido en el momento del esfuerzo. Un esfuerzo pasivo de cualquier facultad de la mente es el resultado de un esfuerzo activo procedente de la misma mente, de un esfuerzo activo de otra mente siguiendo una sugestión, de las vibraciones de pensamiento de la mente de otra persona o de impulsos de pensamiento de un antepasado, transmitidos por las leyes de la herencia (incluyendo impulsos transmitidos de generación en generación desde los tiempos del impulso vibratorio original transmitido por la Causa Primera,

cuyos impulsos se despliegan y desarrollan cuando se alcanza el estado adecuado de desarrollo evolutivo).

El esfuerzo activo es un recién nacido —fresco, recién llegado—, mientras que el esfuerzo pasivo es de creación menos reciente, y de hecho suele ser resultado de los impulsos vibratorios transmitidos en eras pasadas. El esfuerzo activo se abre camino, apartando las ramas que le impiden el paso y las piedras que se alzan en su trayecto. El esfuerzo pasivo discurre a través de los senderos trillados.

Un impulso de pensamiento, o impulso de movimiento, causado en principio por un esfuerzo o facultad activo, puede tornarse, mediante repetición, o hábito, en algo estrictamente automático, tomando impulso a partir del ímpetu que desarrolla un esfuerzo activo repetido, que lo impulsa hacia delante, en términos pasivos, hasta que se ve detenido por otro esfuerzo activo o bien cambia de dirección por la misma causa.

Por otra parte, los impulsos de pensamiento, o impulsos de movimiento, que discurren en términos pasivos pueden ser finiquitados o corregidos por un esfuerzo activo. La función activa crea, cambia o destruye. La función pasiva continúa la labor iniciada por la función activa y obedece órdenes y sugerencias.

La función activa produce la pauta de pensamiento, o pauta de movimiento, a la que imparte sus vibraciones, que a partir de entonces la impulsan en términos pasivos. La función activa también cuenta con el poder de emitir vibraciones que neutralizan el impulso de la pauta de pensamiento, o pauta de movimiento; también puede

lanzar una nueva pauta de pensamiento, o pauta de movimiento, con vibraciones más intensas, que supere y absorba el primer pensamiento, o movimiento, sustituyéndolo por otro nuevo.

Una vez que inician sus misiones, todos los impulsos de pensamiento, o impulsos de movimiento, continúan vibrando en términos pasivos hasta que son corregidos o periclitados por subsecuentes impulsos transmitidos por la función activa u otro poder controlador. La continuidad del impulso original le proporciona ímpetu y fuerza, dificultando su corrección o finalización. Eso explica lo que se denomina «la fuerza del hábito o de la costumbre». Creo que lo comprenderán mejor aquellos que se han esforzado para superar un hábito que adquirieron con facilidad. La Ley puede aplicarse tanto a los buenos como a los malos hábitos. La moraleja inherente resulta obvia.

A veces, varias de las facultades de la mente se combinan para producir una única manifestación. Una tarea, para llevarse a cabo, puede requerir el ejercicio combinado de diversas facultades, algunas de las cuales pudieran manifestarse en el esfuerzo activo y otras mediante el esfuerzo pasivo.

La aparición de nuevas circunstancias —nuevos problemas— requiere el ejercicio del esfuerzo activo, mientras que un problema o tarea familiar puede manejarse con facilidad mediante el esfuerzo pasivo sin la ayuda de su hermano más dinámico.

En la Naturaleza existe una tendencia instintiva en los organismos vivos a realizar ciertas acciones, la tendencia

de un cuerpo organizado de buscar lo que satisface sus anhelos. Esta tendencia a veces se denomina apetencia. En realidad se trata de un impulso mental pasivo, que tiene su origen en el ímpetu impartido por la Causa Primera, y transmitido a lo largo del desarrollo evolutivo, acumulando fuerza y energía según avanza. El impulso de la Causa Primera se ve reforzado por la potente atracción ascendente ejercida por EL ABSOLUTO.

Es muy fácil constatar esta tendencia en el reino vegetal, desde las exhibiciones menores en los tipos más inferiores hasta las mayores en los tipos más elevados. Es lo que suele llamarse la «fuerza vital» en las plantas. Sin embargo, es una manifestación de intelección rudimentaria, que funciona de acuerdo con el esfuerzo pasivo. En algunas de las formas más elevadas de vida vegetal aparece una ligera coloración de «acción vital» independiente: una débil indicación de elección de volición. Los autores de trabajos sobre la vida vegetal ya han escrito notables ejemplos sobre este fenómeno. Sin ninguna duda es una exhibición de una rudimentaria intelección activa.

En el reino animal inferior puede hallarse un grado muy elevado de esfuerzo mental pasivo. Y, variando en grado dependiendo de las diversas familias y especies, también resulta aparente una cantidad considerable de intelección activa. No hay duda de que el animal inferior posee razón sólo en menor grado que el ser humano, y, de hecho, la demostración de intelección volitiva exhibida por un animal inteligente suele ser tan elevada como la demostrada por tipos inferiores de seres humanos o por un niño pequeño.

Igual que un niño, antes de nacer, muestra en su cuerpo las etapas de la evolución física del ser humano, también manifiesta, antes y después de nacer —y hasta la madurez—, las etapas de la evolución mental del ser humano.

El ser humano, la forma de vida más elevada producida hasta el momento, al menos en este planeta, demuestra contar con la forma más elevada de intelección pasiva, y con un desarrollo mucho más alto de intelección activa que la que puede apreciarse en animales inferiores. Y no obstante, los grados de ese poder varían ampliamente entre las diferentes razas humanas. Los distintos grados de intelección activa resultan evidentes entre los hombres de una misma raza; esos grados no dependen de ninguna manera de la cantidad de «cultura», posición social o ventajas educativas que posea el individuo: la cultura mental y el desarrollo mental son dos cosas muy diferentes.

No hay más que mirar a nuestro alrededor para hacerse consciente de las diferentes etapas del desarrollo de la intelección activa en el ser humano. El razonar de muchos seres humanos es poco más que intelección pasiva, que demuestra escasas cualidades de pensamiento volitivo. Prefieren dejar que otros seres humanos piensen por ellos. La intelección activa los cansa y les resulta mucho más fácil el proceso mental pasivo, que es instintivo y automático. Sus mentes operan siguiendo las pautas de la menor resistencia. Son poco más que borregos humanos.

Entre los animales inferiores y los tipos inferiores de seres humanos la intelección activa se encuentra sobre

todo confinada a las facultades más groseras, al plano más material; en ellos las facultades mentales más elevadas funcionan siguiendo las pautas instintivas y automáticas de la función pasiva.

Con el progreso de las formas de vida inferiores en la escala evolutiva, éstas desarrollaron nuevas facultades que se hallaban en ellas en estado latente. Dichas facultades siempre se manifestaron en forma de rudimentario funcionamiento pasivo, para a continuación desarrollar formas pasivas más elevadas, hasta que entraron en acción las funciones activas. El proceso evolutivo continúa, con una tendencia invariable hacia el desarrollo de una elevada intelección activa. Este progreso evolutivo está provocado por el impulso vibratorio impartido por la Causa Primera, ayudado por la atracción ascendente del ABSOLUTO.

La Ley de la Evolución sigue su desarrollo, y el ser humano empieza a desarrollar nuevas potencias de la mente que, claro está, primero se manifiestan en el campo del esfuerzo pasivo. Algunas personas han desarrollado esas nuevas facultades hasta un grado considerable, y es posible que no pase mucho tiempo antes de que el ser humano sea capaz de ejercitarlas siguiendo los principios de sus funciones activas. De hecho, este poder ya ha sido realizado por unos cuantos. Ése es el secreto de los ocultistas orientales y de algunos de sus hermanos occidentales.

La docilidad de la mente frente a la voluntad puede aumentar mediante una práctica adecuadamente dirigida. Eso que denominamos el «reforzamiento de la voluntad» es en realidad formar a la mente para que reconozca

y absorba el poder interior. La voluntad es lo bastante fuerte, no necesita ser reforzada, pero la mente debe formarse para recibir y actuar según las sugerencias de la voluntad. La voluntad es la manifestación externa del YO SOY. El flujo de la voluntad discurre con toda su potencia por el cableado espiritual; pero debes aprender cómo levantar el trole para tocar dicho cableado antes de que el trolebús mental pueda ponerse en funcionamiento. Se trata de una idea distinta de la que generalmente se recibe de escritores que hablan de la «fuerza de voluntad», pero es correcta, como podrás demostrarte a ti mismo si realizas los experimentos adecuados de la manera apropiada.

La atracción del ABSOLUTO impulsa al ser humano hacia arriba, y la fuerza vibratoria del Impulso Primario todavía no se ha agotado. Ha llegado la hora del desarrollo evolutivo en la que el ser humano puede ayudarse a sí mismo. El que comprende la Ley puede realizar maravillas gracias al desarrollo de las potencias de la mente, mientras que el que da la espalda a la verdad sufrirá a causa de su falta de conocimiento de la Ley.

Quien comprende las leyes de su ser mental desarrolla sus potencias latentes y las utiliza con inteligencia. Quien no desprecia sus funciones mentales pasivas, sino que también las emplea, las carga con las tareas para las que están mejor adaptadas, y puede obtener resultados maravillosos de su trabajo, siempre que las haya dominado y formado para lanzarse hacia el Ser Superior. Cuando fracasan a la hora de realizar su tarea de manera adecuada, ese ser humano las regula y su conocimiento le impide

interferir en ellas tontamente, evitando todo perjuicio. Desarrolla las facultades y potencias latentes en su interior y aprende cómo manifestarlas según la intelección tanto activa como pasiva. Sabe que el ser humano auténtico en su interior es el señor del que tanto las funciones activas como pasivas no son sino herramientas. Ha destruido de sí el miedo, y disfruta de libertad. Se ha encontrado a sí mismo. HA REALIZADO EL SECRETO DEL YO SOY.



Construir la mente

El ser humano puede construir su mente y hacer de ella lo que desee. De hecho, no hacemos más que edificar la mente en todo momento de nuestra vida, tanto de forma consciente como inconsciente. La mayoría de nosotros lo hacemos de manera inconsciente, pero quienes pueden ver un poco por debajo de la superficie de las cosas se hacen cargo de la cuestión y se convierten en creadores conscientes de su propia mentalidad. Dejan de estar sometidos a las sugerencias e influencias de otros, pues ahora son dueños de sí mismos. Afirman el «Yo», e imponen obediencia a las facultades mentales subordinadas. El «Yo» es el soberano de la mente, y lo que llamamos VOLUNTAD es el instrumento del «Yo». Por detrás de todo ello hay algo más, desde luego, y la Voluntad Universal es más elevada que la Voluntad del Individuo, aunque esta última mantiene un contacto mucho más estrecho de lo que generalmente se supone con la Voluntad Universal, y cuando se conquista el ser inferior, y se afirma el «Yo», se

establece un contacto muy cercano con la Voluntad Universal, participando de su maravilloso poder. En el momento en que se afirma el «Yo», y uno se «encuentra a sí mismo», se establece una íntima conexión entre la Voluntad Individual y la Universal. Pero antes de que una persona pueda hacer uso de la enorme energía puesta a su disposición debe lograr dominar el ser inferior.

Piensa en lo absurdo del ser humano proclamando que manifiesta potencias, cuando en realidad es esclavo de las partes inferiores de su ser mental, que deben ser subordinadas. Piensa en un ser humano, esclavo de sus humores, pasiones, apetitos animales y facultades inferiores, y que al mismo tiempo intenta proclamar los beneficios de la voluntad. No estoy predicando el ascetismo, que a mí me parece una confesión de debilidad. Estoy hablando de autodominio, de la reafirmación del «Yo» por encima de las partes subordinadas de uno mismo. Desde un punto de vista más elevado, este «Yo» es el único Ser real, y el resto es el «inferior»; pero el espacio de que dispongo no me permite tratar esta cuestión, y por ello utilizaré la palabra «ser» para hacer referencia al ser humano completo. Antes de que un ser humano pueda reafirmar el «Yo» por completo, debe lograr un control absoluto de las partes subordinadas del ser. Todas las cosas son beneficiosas cuando aprendemos a dominarlas, pero no hay nada bueno cuando son ellas las que nos dominan. Mientras permitamos que las partes inferiores del ser nos den órdenes, seremos sus esclavos. Sólo cuando el «Yo» asciende a su trono y levanta el cetro queda el orden establecido y las cosas asumen la relación adecuada entre sí mismas.

No estoy diciendo que haya nada malo en quienes están dominados por sus seres inferiores: se encuentran en un nivel inferior de evolución y se elevarán a su debido tiempo. Lo que hago es llamar la atención de aquellos que ya están listos sobre el hecho de que el Soberano debe reafirmar su voluntad, y que los súbditos han de obedecer. Hay órdenes que dar y ejecutar. La rebelión debe ser aplastada y la autoridad competente reinstaurada. Y el momento de hacerlo es ahora.

Habéis consentido que vuestros súbditos rebeldes mantengan al rey apartado de su trono. Habéis estado permitiendo que el reino mental sufra el desgobierno de facultades irresponsables. Habéis sido esclavos del apetito, de pensamientos indignos, pasiones y negatividad. La voluntad se ha dejado de lado y el deseo inferior ha usurpado el trono. Es hora de restablecer el orden en el reino mental. Sois capaces de reafirmar vuestro control sobre cualquier emoción, apetito, pasión o pensamiento gracias a la reafirmación de la voluntad. Podéis ordenar al miedo que retroceda, a los celos que abandonen vuestra presencia, al odio que desaparezca de vuestra vista, a la cólera que se oculte, a la preocupación que cese de molestaros. Podéis conseguir que el apetito descontrolado y la pasión se sometan y pasen a ser humildes esclavos en lugar de señores, y todo ello gracias a la reafirmación del «Yo». De la misma manera, ahora podéis rodearos de la gloriosa compañía del coraje, el amor y el autocontrol. Podéis aplastar la rebelión e instaurar la paz y el orden en vuestro reino mental siempre que expreséis el mandato e insistáis en su ejecución. Antes de pasar a ser imperio tenéis que

establecer las condiciones internas adecuadas: debéis demostrar vuestra capacidad para gobernar vuestro propio reino. La primera batalla es la conquista del ser inferior por el Verdadero Ser.

Afirmación

Reafirmo el control de mi Verdadero Ser.

Repite estas palabras **ardiente** y positivamente durante el día y al menos una vez cada hora, y sobre todo cuando te enfrentes a condiciones que te tientan para que actúes siguiendo los dictados del ser inferior en lugar de las indicaciones transmitidas por el Verdadero Ser. En momentos de duda e indecisión, pronuncia estas palabras con ardor, y se te despejará el camino por delante. Repítelas en varias ocasiones una vez que te acuestes, antes de dormir. Pero asegúrate de respaldarlas con el pensamiento que las inspira, y no sólo repetirlas como un loro. A partir de la imagen mental del Verdadero Ser reafirmando su control sobre los planos inferiores de tu propia mente, has de contemplar al Rey en su Trono. Te harás consciente de un influjo de nuevos pensamientos, y las cosas que antes te parecían difíciles ahora pasarán a ser mucho más fáciles. Sentirás que tienes el control en tus manos, y que ERES el señor y no el esclavo. El pensamiento que mantienes se manifestará en la acción y crecerás hasta convertirte en eso que tienes en mente.

Ejercicio

Concentra la mente firmemente en el Ser superior e inspírate en él cuando sientas que vas a ceder a las instigaciones de la parte inferior de tu naturaleza. Cuando te sientas tentado a estallar de cólera, reafirma el «Yo» y el tono de tu voz disminuirá. La cólera es indigna del Ser desarrollado. Cuando te sientas vejado y contrariado, recuerda lo que eres y elévate por encima de la sensación. Cuando sientas miedo, recuerda que el Verdadero Ser no teme nada, y reafirma el coraje. Cuando sientas la incitación de los celos, piensa en tu naturaleza superior y riéte. Y así. Debes reafirmar el Verdadero Ser y no permitir que te perturben los elementos procedentes del plano inferior de la mentalidad. Son indignos de ti, y hay que mostrarles cuál es su sitio. No permitas que esas cosas te dominen; deben ser tus súbditos, no tus señores. Debes apartarte de ese plano, y la única manera de hacerlo es alejarte de esas fases de pensamiento, que no hacen más que «encajar las cosas» para que se ajusten a sus deseos. Tal vez al principio te resulte difícil, pero insiste y obtendrás esa satisfacción que sólo llega cuando se conquistan las partes inferiores de nuestra naturaleza. Ya has sido esclavo durante bastante tiempo: ahora es el momento de liberarte. Si realizas estos ejercicios fielmente, al final del año serás un ser diferente, y mirarás hacia atrás dedicando una sonrisa compasiva a tu antiguo estado. Pero para ello es necesario cierto esfuerzo. No es tarea para niños, sino para hombres y mujeres entusiastas. ¿HARÁS el esfuerzo?



El secreto de la voluntad

Aunque los psicólogos puedan discrepar en sus teorías respecto a la naturaleza de la voluntad, ninguno niega su existencia ni pone en cuestión su poder. Todas las personas reconocen el poder de una fuerte voluntad: todas saben que puede utilizarse para superar los mayores obstáculos. Pero son pocas las que se dan cuenta de que la voluntad es algo que puede desarrollarse y reforzarse mediante una práctica inteligente. Creen que pueden lograr maravillas con una voluntad fuerte, pero en lugar de intentar desarrollarla, se contentan con vanos lamentos. Suspiran sin hacer nada más.

Quienes han investigado el tema en profundidad saben que la fuerza de voluntad, con todas sus posibilidades latentes y grandes potencias, puede desarrollarse, disciplinarse, controlarse y dirigirse, igual que cualquier otra de las fuerzas de la Naturaleza. No importa qué teoría quieras adoptar acerca de la naturaleza de la voluntad,

porque acabarás obteniendo resultados siempre que practiques de manera inteligente.

Personalmente, yo sostengo una teoría un tanto extraña acerca de la voluntad. Creo que todo ser humano tiene, potencialmente, una fuerte voluntad, y que todo lo que ha de hacer es formar su mente para poder utilizarla. Estoy convencido de que en las regiones más elevadas de la mente de todos los seres humanos existe un gran repositorio de fuerza de voluntad esperando ser utilizado. La corriente de la voluntad discurre por un cableado psíquico, y todo lo que hay que hacer es levantar el trole mental para hacer que la energía descienda y utilizarla. Y el suministro es ilimitado, pues tu pequeña batería está conectada con la gran central de la fuerza de voluntad universal, cuya energía es inagotable. Tu voluntad no necesita formación, pero tu mente sí. La mente es el instrumento, y el suministro de fuerza de voluntad es proporcional a la excelencia del instrumento a través del que se manifiesta. No es necesario que aceptes esta teoría si no te gusta. Esta lección encajará tanto en tu propia teoría como en la mía.

Quien desarrolle su mente de manera que permita que la fuerza de voluntad se transmita a través de ella habrá abierto posibilidades maravillosas ante sí. No sólo habrá hallado un gran poder a su alcance, sino que podrá utilizar facultades, talentos y habilidades cuya existencia ni siquiera imaginaba. Este secreto de la voluntad es la llave mágica que abre todas las puertas.

Donald G. Mitchell escribió en una ocasión:

La resolución es lo que manifiesta a un hombre; pero no una resolución débil, sino una determinación descarada; nada de propósitos erráticos, sino esa fuerte e infatigable voluntad que sortea dificultades y peligros, igual que un chico avanzando por las tierras heladas del invierno, que ilumina su mirada y cerebro con un orgulloso palpitir, lanzándose hacia lo inalcanzable. La voluntad convierte a los hombres en gigantes.

Muchos de nosotros sentimos que si pudiéramos ejercer nuestra voluntad, podríamos hacer maravillas. Pero por alguna razón parece que en todo caso no queremos tomar-nos la molestia, que no alcanzamos el verdadero punto decisivo. Lo retrasamos una y otra vez, hablamos vagamente de que «algún día», pero ese día no acaba de llegar nunca.

Sentimos de manera instintiva el poder de la voluntad, pero carecemos de la energía suficiente para ejercerla, y por ello nos dejamos llevar por la corriente, a menos que alguna dificultad aparezca, de que algún útil obstáculo se interponga en nuestro sendero, de que algún amable dolor nos empuje a la acción. En esos casos nos vemos obligados a reafirmar nuestra voluntad y con ello empezamos a obtener resultados.

El problema es que no queremos que nada acabe obligándonos a ejercer nuestra fuerza de voluntad. **No queremos esforzarnos.** Somos mentalmente perezosos y de deseo débil. Si no te gusta la palabra «deseo», sustitúyela por «aspiración» (algunas personas llaman deseos a los impulsos inferiores, y aspiraciones a los superiores; es cuestión de palabras, así que elige la que prefieras). Ahí es

donde radica el problema. Deja a una persona en peligro de perder su vida —o que una mujer esté a punto de perder un gran amor— y presenciarás una sorprendente exhibición de fuerza de voluntad procedente de una fuente inesperada. Deja que el hijo de una mujer se vea amenazado por algún peligro y verás cómo ella manifiesta un grado de coraje y voluntad que barre con todo lo que se le ponga por delante. Y no obstante, esa misma mujer gemirá ante un marido dominante y carecerá de la voluntad de realizar una tarea simple. Un chico hará todo tipo de tareas si las considera un juego, pero apenas podrá obligarse a cortar un poco de leña. Una fuerte voluntad sigue la estela de un deseo intenso. Si realmente quieres hacer algo, por lo general deberás desarrollar la fuerza de voluntad para conseguirlo.

El problema radica en que en realidad no quieres ninguna de esas cosas, y sin embargo le echas la culpa a tu falta de voluntad. Dices que quieres hacerlo, pero si te detuvieses a pensar verías que en realidad deseas hacer otra cosa. No estás dispuesto a pagar el precio para conseguirlo. Detente un instante y analiza esta afirmación, y aplícala a tu propio caso.

Eres mentalmente perezoso, ése es el problema. No me cuentes nada sobre carecer de la voluntad suficiente. Dispones de un gran repositorio de voluntad esperando que la utilices, pero eres demasiado perezoso para hacerlo. Ahora bien, si realmente te interesa esta cuestión, ponte manos a la obra y en primer lugar descubre qué es lo que de verdad quieres hacer, y luego empieza a trabajar y **hazlo**. No te preocupes de la fuerza de voluntad: dispondrás de toda la que desees siempre que la necesites. La

cuestión es llegar a ese punto en el que **decidirás** hacerlo. Ésa es la verdadera prueba, la resolución. Piensa en esto un poco, y decide si realmente quieres ser un voluntarista con las ganas suficientes como para ponerte a trabajar.

Se han escrito muchos ensayos y libros excelentes acerca de este tema, y todos están de acuerdo a la hora de reconocer la grandeza de la fuerza de voluntad, utilizando para ello los términos más entusiastas. Pero pocos han dicho algo acerca de cómo pueden adquirir esta fuerza quienes no la poseen, o la poseen pero en un grado limitado. Algunos han ofrecido ejercicios con vistas a «reforzar» la voluntad, que en realidad lo que hacen es reforzar la mente, para que ésta pueda recurrir a su almacén de energía. Pero por lo general han pasado por alto el hecho de que en la autosugestión es donde se encuentra el secreto del desarrollo de la mente, para así poder convertirse en instrumento eficaz de la voluntad.

Autosugestión

Utilizo mi fuerza de voluntad.

Repite estas palabras varias veces con tesón y de forma positiva, inmediatamente después de finalizar este apartado. A continuación repítelas frecuentemente a lo largo del día, al menos en una ocasión cada hora, y en especial cuando te enfrentes a algo que requiera que ejercites la fuerza de voluntad. Repítela igualmente varias veces una vez que te acuestes para dormir. Ahora bien,

esas palabras no significarán nada a menos que las respaldes con el pensamiento. De hecho, el pensamiento lo es todo, y las palabras sólo son pinzas de las que cuelga el pensamiento. Así que piensa en lo que estás diciendo y sé consciente de lo que dices. Al principio deberás echar mano de la fe, y utilizar las palabras con una expectativa confiada en el resultado. Mantén el pensamiento al que estás dando forma en el almacén de la fuerza de voluntad, y antes de que pase mucho tiempo descubrirás que ese pensamiento toma forma en la acción, y que tu fuerza de voluntad se manifiesta. Sentirás una oleada de energía cada vez que repitas esas palabras. Te verás superando dificultades y malos hábitos, y te sorprenderá el grado de suavidad que muestra todo aquello que sale de ti.

Ejercicio

Lleva a cabo al menos una tarea desagradable al día durante un mes... Si hay alguna que te desagrada especialmente y que quisieras evitar, ésa será precisamente la que realizarás. No se trata de que te sacrifiques ni te amances, ni nada por el estilo: se trata de que ejercites la voluntad. Cualquiera puede hacer aquello que le agrada con alegría, pero para llevar a cabo alegremente lo que nos desagrada hace falta voluntad; y así es como debes realizar la tarea. Verás como es una disciplina de lo más valioso. Prueba durante un mes y comprobarás hasta dónde llegas. Si esquivas este ejercicio, lo mejor es que te pares aquí y reconozcas que no quieres fuerza de voluntad, que te contentas con estar donde estás y seguir siendo un debilucho.



Cómo inmunizarse a la Atracción de Pensamiento dañina

Lo primero que hay que hacer es «eliminar» el miedo y la preocupación. El pensamiento temeroso es causa de mucha infelicidad y muchos fracasos. Ya sé que lo has escuchado muchas veces, pero vale la pena repetirlo. El miedo es un hábito mental que se nos ha prendido a través del pensamiento negativo.

Las grandes expectativas son un imán muy potente. Quien alberga intensos y confiados deseos atrae las cosas que le ayudarán: personas, objetos, circunstancias y entornos, siempre que las desee esperanzado, confiado, con seguridad y tranquilidad. Y también es igualmente cierto que quien teme algo por lo general se las arregla para poner en marcha fuerzas que provocarán que le sobrevenga justo aquello que teme. En realidad, quien teme realmente **espera** aquello que teme, y a ojos de la

Ley es lo mismo que si de verdad lo hubiera deseado. La Ley opera en ambos casos, el principio es el mismo.

La manera óptima de superar el hábito del miedo es asumir la actitud mental de coraje, pues el mejor medio para desembarazarse de la oscuridad es permitir la entrada de la luz. Luchar contra una pauta de pensamiento negativo reconociendo su fuerza e intentando negarla mediante intensos esfuerzos es una pérdida de tiempo. El método mejor, más seguro, fácil y rápido es asumir la existencia del pensamiento positivo deseado en su lugar; y morando constantemente en el pensamiento positivo, éste se manifestará en la realidad objetiva.

Así pues, en lugar de repetir: «No estoy asustado», hay que decir, con arrestos: «Estoy repleto de coraje», «Soy valiente». Hay que reafirmar: «No hay nada que temer», que, aunque posee la naturaleza de una negación, simplemente niega la realidad del objeto que causa temor en lugar de admitir el propio temor y luego negarlo.

Para superar el miedo, uno ha de agarrarse con firmeza a la actitud mental del coraje. Debe pensar en el coraje, decir coraje y actuar con coraje. Debe mantener la imagen mental del coraje frente a sí en todo momento, hasta que ésta se convierta en la actitud mental normal. Hay que mantener el ideal con firmeza ante uno y poco a poco se alcanzará su realización: el ideal se hará manifiesto.

Permite que la palabra «coraje» se hunda en profundidad en tu mente, y luego mantenla ahí con firmeza hasta que la mente la sujete allí donde le corresponda. Piensa en ti mismo como en alguien valiente, considera que

actúas con coraje en situaciones delicadas. Comprende que no hay nada que temer, que la preocupación y el miedo nunca ayudaron y nunca ayudarán a nadie. Comprende que el miedo paraliza el esfuerzo, y que el coraje alienta la actividad.

El ser humano confiado, audaz e ilusionado que dice: «Puedo hacerlo y lo conseguiré» es un imán muy potente. Atrae hacia él justo aquello que necesita para alcanzar el éxito. Las cosas dan la impresión de surgir en su camino y la gente dice que tiene «suerte». ¡Tonterías! La «suerte» no tiene nada que ver con ello. Todo radica en la actitud mental. Y la actitud mental del ser humano que dice: «No puedo», o: «Tengo miedo», también determina la medida del éxito. No tiene ningún misterio. No hay más que mirar alrededor para comprender la verdad de lo que acabo de decir. ¿Has conocido a alguien afortunado que careciese del pensamiento «puedo hacerlo y lo conseguiré» profundamente engranado en su interior? Adelantará al ser humano del «no puedo», aunque éste tal vez cuente con más habilidad y capacidad. La primera actitud mental hace emerger a la superficie cualidades latentes, además de atraer ayuda del exterior, mientras que la segunda actitud mental no sólo atrae a gente y cosas «no puedo», sino que también evita que ese ser humano manifieste sus propios poderes. He demostrado la corrección de esas opiniones, como muchas otras, y el número de personas que son conscientes de esto aumenta día a día.

No malgastes tu fuerza de pensamiento, utilízala para beneficiarte de ella. Deja de atraer fracaso, infelicidad, falta de armonía, penas... Empieza ahora y emite

una corriente de pensamiento luminoso, positivo y feliz. Permite que tu pensamiento principal sea: «Puedo hacerlo y lo conseguiré»; **piensa**: «Puedo hacerlo y lo conseguiré»; **sueña**: «Puedo hacerlo y lo conseguiré»; **di**: «Puedo hacerlo y lo conseguiré», y **«haz»**: «Puedo hacerlo y lo conseguiré». Vive en el plano del «puedo hacerlo y lo conseguiré», y antes de que te des cuenta sentirás las nuevas vibraciones manifestándose en acción; las percibirás dando resultados; serás consciente de un nuevo punto de vista; comprenderás que te perteneces a ti mismo. Cuando te unas a la legión del «puedo hacerlo y lo conseguiré» te sentirás mejor, actuarás mejor, verás mejor, **SERÁS** mejor en todos los sentidos.

El miedo es el padre de la preocupación, el odio, los celos, la malicia, la cólera, el descontento, el fracaso y todo el resto. La persona que se libra del miedo descubrirá que desaparece el resto de la camada. La única manera de ser libre es desembarazarse del miedo.

Arráncalo de raíz. Considero la conquista del miedo como el paso más importante que deben dar quienes deseen dominar la aplicación de la fuerza del pensamiento. Mientras el miedo te domine, no estarás en condiciones de progresar en la esfera del pensamiento, y debo insistir en que empieces a trabajar desde ahora mismo para deshacerte de ese obstáculo. **PUEDES** hacerlo, si lo intentas con determinación. Y una vez te hayas deshecho es esa vileza, la vida te parecerá totalmente distinta: te sentirás más feliz, libre, fuerte y positivo, y tendrás más éxito en todos tus empeños en la vida.

Empieza hoy mismo, decide que este intruso debe DESAPARECER, no alcances ningún compromiso con él, insiste en una rendición absoluta de su parte. Te parecerá que la tarea resulta difícil al principio, pero en cada ocasión que te opongas a él le irás debilitando, y tú te tornarás más fuerte. Deja de alimentarle —mátale de hambre—, pues no puede vivir en una atmósfera de pensamientos osados. Así que empieza a llenarte la mente de pensamientos osados, buenos e intensos. Ocúpate pensando en la osadía y el miedo morirá por sí mismo. La osadía es positiva, el miedo es negativo, y puedes estar seguro de que lo positivo acabará prevaleciendo.

Mientras el miedo ronde con sus «pero...», «y si...», «supón...», «tengo miedo», «no puedo», «tal vez...» y todo el resto de sus cobardes sugerencias, no podrás utilizar tu fuerza de pensamiento con toda su fuerza. Una vez le quites de en medio, podrás navegar sin obstáculos, y cada pulgada de tus velas atraparán el viento. El miedo es un Jonás. ¡Así que tíralo por la borda! (la ballena que se lo trague tiene todas mis simpatías).

Te recomiendo que empieces a hacer algunas de las actividades que podrías llevar a cabo si no tuvieses **miedo** de intentarlo. Comienza a trabajar con ellas, afirmando el coraje continuamente, y te sorprenderá comprobar que una actitud mental cambiada despejará los obstáculos de tu camino, facilitando las cosas mucho más de lo que pudieras imaginar. Los ejercicios de este tipo te irán desarrollando y te sentirás mucho más gratificado al comprobar los resultados de una práctica tan sencilla como ésta.

Delante de ti tienes muchas cosas que esperan ser realizadas, que podrías dominar con sólo desembarazarte del yugo del miedo, con sólo negarte a aceptar sus sugerencias, reafirmando osadamente el «Yo» y su poder. Y la mejor manera de vencer el miedo es reafirmar el «coraje» y dejar de pensar en el «miedo». De este modo formarás a la mente en nuevos hábitos de pensamiento, erradicando los viejos pensamientos negativos que te han estado hundiendo y reprimiendo. Lleva contigo la palabra «coraje» como si fuese tu consigna y manifiéstala en acción.

Recuerda que lo único que hay que temer es al miedo, y que ni siquiera hay que temer al miedo, pues como mucho es un tipo cobarde que echará a correr si le plantas cara.



La transmutación del Pensamiento Negativo

La PREOCUPACIÓN es hija del miedo, así que si acabas con el miedo, la preocupación morirá por falta de alimento. Este consejo es muy antiguo, y no obstante siempre vale la pena repetirlo, pues es una lección que necesitamos tener presente en todo momento. Algunas personas creen que si matamos al miedo y la preocupación nunca podremos conseguir nada. He leído editoriales en los grandes periódicos en los que hay escritores que sostienen que sin preocupación uno nunca puede realizar ninguna de las grandes tareas de la vida, porque es necesaria para estimular el interés. No son más que tonterías, las diga quien las diga. La preocupación nunca ayudó a nadie a conseguir nada; por el contrario, se alza como un obstáculo en el camino del logro y la realización.

El motivo que subyace a la acción y al «hacer cosas» es el deseo y el interés. Si se desea ardientemente algo,

uno se interesa mucho en su realización y está dispuesto a aprovechar cualquier cosa que pueda ayudarle a obtener lo que quiere. Además, su mente empieza a trabajar en el plano subconsciente, haciendo que aparezcan en el campo de la conciencia muchas ideas valiosas e importantes. El deseo y el interés son las causas que conducen al éxito. La preocupación no es deseo. Es cierto que si el entorno se vuelve intolerable, uno se verá empujado por la desesperación a realizar algunos esfuerzos que tendrán como resultado la eliminación de las condiciones indeseables y la adquisición de otras que armonicen más con el deseo. Pero eso no es más que otra forma de deseo: la persona que anhela algo distinto de lo que tiene. Y cuando su deseo se torna lo suficientemente intenso, todo tu interés se vuelca en su consecución, realizando un potente esfuerzo, logrando el cambio. Sin embargo, no fue la preocupación lo que causó el esfuerzo. La preocupación podría contentarse con agitar las manos y gemir: «Soy el infortunio», agotando los nervios sin conseguir nada. El deseo actúa de otra manera. Aumenta cuando las condiciones de la persona se tornan intolerables, y finalmente, cuando ésta siente el dolor de manera tan intensa que no puede seguir soportándolo, dice: «**No** lo soporto más. **Voy** a cambiar», y eso es lo que hace. Entonces aparece el deseo en acción. La persona sigue «deseando» un cambio de la peor manera (que es la mejor manera), y cuando su interés y atención se vuelcan en la tarea de liberación empieza a hacer que las cosas se pongan en marcha. La preocupación nunca consigue nada. La preocupación es negativa y luctuosa. El deseo y la ambición son positivos

y vitales. Una persona puede preocuparse hasta el infinito y no obstante seguir sin lograr nada, pero deja que esa persona transmute su preocupación y descontento en deseo e interés, junto con la creencia de que es capaz de provocar el cambio —la idea del «puedo hacerlo y lo conseguiré»—; es entonces cuando empiezan a suceder cosas.

Sí, el miedo y la preocupación deben desaparecer antes de que podamos lograr gran cosa. Uno debe expulsar a esos intrusos negativos y sustituirlos por la confianza y la esperanza. Transmuta la preocupación en deseo intenso. Entonces descubrirás que se despierta el interés, y empezarás a pensar cosas que son interesantes para ti. Te llegarán pensamientos procedentes de la gran reserva acumulada en tu mente y comenzarás a manifestarlos en la acción. Además, te armonizarás con pensamientos similares de otras personas, atrayendo hacia ti ayuda y asistencia procedente del gran volumen de ondas de pensamiento que llena el mundo. Uno atrae hacia sí ondas de pensamiento que corresponden a los pensamientos predominantes en la propia mente: su actitud mental. También pone en marcha la gran Ley de la Atracción, por la que atrae hacia sí a otras personas que pudieran ayudarle y, a su vez, se ve atraído hacia otras a las que pudiera serle de ayuda. Esta Ley de la Atracción no es ninguna broma, no es ninguna tontería metafísica, sino un importante principio vivo y activo de la Naturaleza, como puede comprobar cualquiera a través de la experimentación y observación.

Para tener éxito en cualquier cosa que se desee mucho, el deseo debe ser evidente para poder atraerlo.

Quien tiene deseos débiles atrae bien poco. Cuanto más intenso es el deseo, mayor es la fuerza que se pone en funcionamiento. Hay que querer algo con la intensidad suficiente antes de poder obtenerlo. Debes desearlo más que cualquier otra cosa, y debes estar dispuesto a pagar el precio requerido. El precio es deshacerse de ciertos deseos menores que se alzan en el camino de la realización del más intenso. Comodidades, facilidades, diversiones, entretenimientos, y otras muchas cosas deben desaparecer (aunque no siempre). Todo depende de lo que quieras. Por regla general, cuanto mayor es lo que se desea, mayor es el precio que se habrá que pagar por ello. La Naturaleza cree en la compensación adecuada. Pero si realmente deseas algo con verdadero ardor, pagarás el precio sin decir nada, pues el deseo empequeñecerá la importancia de lo demás.

¿Dices que quieres intensamente algo y que haces todo lo posible para conseguirlo? ¡Bah! Sólo finges desearlo. ¿Deseas eso tanto como un preso anhela la libertad, como un moribundo la vida? Fíjate en las cosas casi milagrosas conseguidas por los presos que desearon la libertad. Fíjate en cómo se esforzaron para atravesar planchas de metal y paredes de piedra con herramientas bien simples. ¿Es tu deseo tan intenso? ¿Te esfuerzas por obtener aquello que deseas como si tu vida dependiese de ello? ¡Tonterías! No sabes lo que es el deseo. Te digo que si una persona quiere algo con tanto anhelo como el preso desea la libertad, o como alguien muy vital desea la vida, esa persona podrá barrer obstáculos e impedimentos aparentemente inamovibles. La clave para realizarlo es deseo, confianza y voluntad. Esta llave abre muchas puertas.

El miedo paraliza el deseo, asusta a la vida. Debes deshacerte del miedo. Hubo momentos en mi vida en los que el miedo se apoderó de mí, apropiándose de mi vitalidad, y en los que perdí toda esperanza, todo interés, toda ambición y deseo. Pero, gracias al Señor, siempre me las arreglé para deshacerme del acoso del monstruo y hacer frente a mis dificultades como un hombre. Y hete aquí que las cosas empezaron a serme más fáciles. A veces la dificultad se fundía o bien se me daban los medios para superarla, evitarla o sortearla. Es extraño cómo funciona todo esto. Por muy grande que sea la dificultad, cuando finalmente nos enfrentamos a ella con coraje y confianza en nosotros mismos, parece que nos repongamos, y a continuación nos preguntamos de qué nos asustábamos tanto. No es una mera fantasía, sino la manera de operar de una potente ley, que no acabamos de comprender por completo, pero que podemos demostrar en cualquier momento.

Hay gente que suele preguntar: «Está muy bien que vosotros, los del Nuevo Pensamiento, digáis: «“No te preocupes”, pero ¿qué puede hacer una persona cuando piensa en todos los obstáculos que pueden bloquear su camino y que puedan trastornar sus planes?». Bueno, todo lo que puedo decir es que esa persona está cometiendo una tontería al preocuparse pensando en los problemas que pudieran surgir en el futuro. La mayoría de las cosas por las que nos preocupamos no llegan a suceder; una gran proporción del resto nos llega en una forma más suave que la anticipada, y siempre hay otras circunstancias que aparecen al mismo tiempo que nos ayudan a

superar el problema. El futuro no sólo nos reserva dificultades que superar, sino también agentes que nos ayudarán a superar las dificultades. Las cosas se ajustan por sí mismas. Estamos preparados para hacer frente a cualquier problema que surja, y cuando llega la ocasión siempre hallamos la manera de enfrentarnos a ello. Dios no sólo atempera el viento para el carnero esquilado, sino que también atempera al carnero esquilado para el viento. Los vientos y la esquila no llegan juntos; por lo general suele haber tiempo suficiente para que el carnero se aclimate, y luego vuelve a contar con lana antes de que lleguen los fríos.

Se ha dicho, y con mucha razón, que nueve décimas partes de las preocupaciones tratan de cosas que nunca suceden, y que la otra décima parte trataba de cosas de poca o escasa importancia. Así que, ¿qué sentido tiene utilizar todas tus fuerzas de reserva agobiándote con problemas futuros? Es mejor esperar a preocuparse cuando los problemas acaben apareciendo realmente. Descubrirás que al haber acumulado esta energía serás capaz de hacer frente a cualquier tipo de contrariedad que surja a tu paso.

¿Qué es lo que consume toda la energía en los seres humanos normales? ¿Es la superación real de dificultades, o la preocupación acerca de supuestos problemas? Siempre estamos con «mañana, mañana», y ese mañana no acaba siendo tan terrible como habíamos imaginado. El mañana está bien; lleva en sí aspectos tanto buenos como problemáticos. Cuando me paro a pensar en todas esas cosas que en alguna ocasión temí que me sobreviniesen, no puedo por menos que reírme. ¿Dónde está ahora

todo eso? No lo sé. Y hasta me he olvidado casi por completo de que en alguna ocasión las temí.

No es necesario **luchar** contra la preocupación, pues ésa no es la manera de superar ese hábito. Basta con practicar la concentración, y a continuación aprender a concentrarse en algo justo delante de ti, y entonces descubrirás que el pensamiento preocupante se desvanece. Existen maneras mejores de superar los pensamientos objetables que luchar contra ellos. Aprende a concentrarte en pensamientos de carácter opuesto y habrás solucionado el problema.

Cuando la mente está repleta de pensamientos de preocupación, no puede hallar tiempo para elaborar planes que te beneficien. Pero cuando te concentras en pensamientos luminosos y útiles, descubrirás que empieza a trabajar de manera subconsciente; y cuando llegue la ocasión descubrirás todo tipo de planes y métodos con los que podrás hacer frente a las demandas que aparezcan en tu camino. Mantén una actitud mental correcta y todo se pondrá en su sitio. Preocuparse no tiene sentido; nunca ha solucionado nada, y nunca solucionará nada. Los pensamientos luminosos, alegres y felices atraen cosas luminosas, alegres y felices, mientras que la preocupación las aleja. Cultiva la actitud mental correcta.



La Ley del Control Mental

Tus pensamientos son o bien fieles servidores o señores tiránicos, lo que tú les permitas ser. Tú tienes la palabra, así que elige. O bien se dedicarán a trabajar bajo la dirección de una voluntad firme, haciendo todo lo que puedan, no sólo durante las horas de vigilia, sino también cuando duermes —parte de nuestras mejores operaciones mentales tienen lugar cuando nuestra mentalidad consciente descansa—, como lo demuestra el hecho de que cuando llega la mañana descubrimos que hay preocupantes problemas que parecen haberse resuelto durante la noche, después de que los hubiésemos desechado de nuestras mentes... al menos en apariencia; o bien se nos subirán a la parra y nos convertirán en sus esclavos en caso de ser lo suficientemente tontos como para permitirse. Más de la mitad de la población mundial es esclava de cualquier pensamiento errático que tenga a bien atormentarla.

Se te ha dado la mente para que la utilices bien, no para que te utilice a ti. Son muy pocos los que parecen saberlo y los que entienden el arte de controlar la mente. La clave de este misterio es la concentración. Un poco de práctica desarrollaría en todos los seres humanos el poder de utilizar la maquinaria mental apropiadamente. Cuando tengas alguna tarea mental que llevar a cabo, concéntrate en ella excluyendo todo lo demás, y descubrirás que la mente converge en ello —en lo que hay que hacer— y que todo se resuelve con rapidez. No existe fricción y se obvia todo movimiento superfluo o desperdicio de energía. Se utilizan todas las energías disponibles y cada revolución de la rueda directriz mental tiene un objeto. Vale la pena ser un ingeniero mental competente.

Y el ser humano que sabe cómo dirigir su motor mental sabe que una de las cosas más importantes es ser capaz de detenerse cuando se ha realizado la labor. No sigue echando carbón a la caldera, y manteniendo la presión alta una vez que ha acabado su labor, o cuando finaliza la parte cotidiana de trabajo. Sabe que hay que apagar las calderas hasta el día siguiente. Algunas personas actúan como si el motor debiera continuar siempre funcionando, tanto si hay como si no hay algo que hacer, y luego se quejan de que se desgasta y hay que reparar esto y lo otro. Los motores mentales son máquinas estupendas, y lo que requieren es un cuidado inteligente.

A quienes están familiarizados con las leyes de control mental les parecerá absurdo que haya alguien que permanezca toda la noche en vela preocupándose de los problemas de ese día, o más a menudo, de los problemas

de mañana. Resulta tan fácil reducir la velocidad de la mente como de un motor, y son miles los que aprenden a hacerlo en la actualidad gracias al Nuevo Pensamiento. La mejor manera de conseguirlo es pensar en otro asunto, lo más diferente posible del pensamiento entrometido. Es inútil luchar contra un pensamiento inaceptable con el propósito de «ahogarlo». Es una gran pérdida de energía, y cuanto más dices: «¡No pensaré en eso!», más te viene a la mente, pues uno lo está manteniendo delante para golpearlo. Suéltalo; no pienses más en ello, concentra la mente en algo totalmente distinto y mantén la atención ahí mediante un esfuerzo de la voluntad. Un poco de práctica haría maravillas en ese sentido. La atención sólo puede concentrarse en una cosa a la vez, así que dirige toda tu atención a un pensamiento, y los otros se escabullirán. Inténtalo y verás.



Reafirmar la fuerza vital

Ya he hablado de las ventajas de desembarazarse del miedo. Ahora quisiera introducir VIDA en ti. Muchos de vosotros habéis vivido como si estuviéseis muertos: sin ambición, energía, vitalidad, interés, vida... Así no vamos a ninguna parte. Estáis estancados. Despertad y imani-festad algo de vida! Éste no es un sitio en el que puedas comportarte como un muerto viviente; es un lugar para gente totalmente despierta, activa, **viva**, y lo que aquí necesitamos es un buen despertar general, aunque eso requeriría por lo menos un sonoro trompetazo a cargo del pífano de Gabriel. Parece que sólo eso despertaría a algunas personas que van por ahí creyendo que están vivas, pero que en realidad están muertas respecto a todo lo que hace que la vida valga la pena vivirse.

Debemos permitir que la vida fluya en nosotros, y que se exprese de manera natural. No debes permitir que las pequeñas preocupaciones del día a día, ni las grandes,

te depriman y hagan que pierdas tu vitalidad. Reafirma la fuerza vital en tu interior, y manifiéstala en todos tus pensamientos, actos y hechos, y antes de que te des cuenta estarás risueño y repleto de vitalidad y energía.

Pon algo de vida en tu trabajo —en tus placeres— en ti mismo. Deja de hacer las cosas a medias y empieza a interesarte en lo que estás haciendo, diciendo y pensando. Es asombroso lo interesantes que pueden llegar a parecernos las cosas ordinarias de la vida con sólo estar despiertos. Estamos rodeados de cosas interesantes —suceden en cada instante— pero no seremos conscientes de ellas a menos que reafirmemos nuestra fuerza vital y empecemos a estar realmente vivos en lugar de limitarnos a existir.

Ningún hombre ni ninguna mujer han sido nunca nada a menos que insuflasen vida en las tareas cotidianas —los actos— y en sus pensamientos. Lo que el mundo necesita es hombres y mujeres vivos. No tienes más que mirar los ojos de aquellos a los que conoces para descubrir cuántos de ellos están realmente **vivos**. La mayoría carece de esa expresión de vida consciente que distingue a quien **vive** de quien simplemente **existe**.

Quiero que adquieras ese sentido de vida consciente, para que puedas manifestarlo en tu vida y demostrar lo que la Ciencia Mental ha hecho por ti. Deseo que hoy te pongas a trabajar y empieces a transformarte según la última pauta. Podrás conseguirlo si pones el interés adecuado en la tarea.

Afirmación y ejercicio

Concentra la mente en el pensamiento de que tu «Yo» interior está mucho más vivo y que tú manifiestas totalmente la vida, tanto mental como físicamente. Y mantén ese pensamiento ahí, ayudándote mediante repeticiones constantes de la consigna. No permitas que ese pensamiento se te escape y empújalo siempre hacia el foco de la mente. Mantenlo delante de la visión mental todo lo que te sea posible. Repite la consigna cuando te despiertes por la mañana y cuando te acuestes por la noche. Repítela a la hora de comer y siempre que puedas a lo largo del día, al menos en una ocasión cada hora. Forma una imagen mental de ti mismo lleno de vida y energía. Da la talla siempre que te sea posible. Cuando empieces a realizar una tarea, repite: «ESTOY vivo», e insufla toda la vida posible en la tarea. Si te sientes algo deprimido, di: «ESTOY vivo», y luego respira hondo unas cuantas veces, y con cada inspiración permite que la mente mantenga el pensamiento de que estás inspirando fuerza y vida, y al espirar, mantén el pensamiento de que espiras todos los estados viejos, muertos y negativos, de los que te encanta deshacerte. Luego finaliza con una afirmación ardiente y vigorosa: «ESTOY vivo», y dilo **en serio**.

Permite que tus pensamientos tomen forma en la acción. No te contentes con repetir que estás vivo, sino que has de demostrarlo con tus actos. Interésate en hacer cosas, no te quedes en la luna ni sueñes despierto. Entra en materia y VIVE.



Formar la mente del hábito

El profesor William James, conocido profesor y escritor de psicología, dice, con mucha razón:

Lo más importante en toda educación es convertir nuestro sistema nervioso en un aliado en lugar de en un enemigo. Para ello debemos hacer de manera habitual y automática, tan pronto como nos sea posible, todas las acciones útiles que podamos y evitar con gran cuidado todo aquello que pudiera ser perjudicial. En la adquisición de un nuevo hábito, o al soltar uno viejo, es necesario que nos lancemos a ello con una iniciativa tan intensa y decidida como nos sea posible. No hay que permitir que suceda ninguna excepción hasta que el nuevo hábito esté bien enraizado en la vida. No dejes pasar la primera oportunidad que tengas de actuar sobre todas las resoluciones que tomes y cualquier impulso emocional que puedas experimentar, en la dirección de los hábitos que aspiras incorporar.

Este consejo resultará familiar para todos los estudiantes de Ciencia Mental, pues trata la cuestión con mucha más sencillez que cualquiera de nosotros. Nos inculca la importancia de trasladar a la mente subconsciente los impulsos adecuados, para que se conviertan en automáticos y en una «segunda piel». Nuestra mentalidad subconsciente es un gran almacén de todo tipo de sugerencias, tanto de nosotros mismos como procedentes de los demás y, como es la «mente del hábito», debemos tener cuidado y enviarle el material adecuado a partir del que cree hábitos. Si nos acostumbramos a llevar a cabo ciertas actividades, podemos estar seguros de que la mentalidad subconsciente nos irá facilitando la realización de lo mismo una y otra vez, resultándonos en cada ocasión más fácil, hasta que al final nos hallemos firmemente amarrados con las sogas y cadenas del hábito, de la costumbre, y nos resulte más o menos difícil, a veces casi imposible, liberarnos a nosotros mismos de esa cosa aborrecible.

Hemos de cultivar buenos hábitos para cuando llegue la ocasión de ejercerlos. Llegará el momento en que deberemos hacer gala de nuestros mejores esfuerzos, y depende de nosotros ahora mismo que cuando surja la necesidad nos halle preparados para hacer lo que corresponda, de manera automática y casi sin pensar, o bien luchando para deshacernos de las cadenas de lo opuesto a lo que deseemos en ese momento.

Debemos mantenernos al tanto en todo momento a fin de evitar la formación de hábitos indeseables. Puede que hoy no parezca perjudicial hacer cierta cosa, o tal vez

tampoco nos lo parezca mañana, pero puede que sí resulte muy perjudicial crear **el hábito** de hacer eso en particular. Si te vieses en la tesitura de tener que responder a la pregunta: «¿Cuál de estas dos cosas debería hacer?», la mejor respuesta es: «Haré lo que quisiera que se convirtiese en un hábito para mí».

Al dar forma a un nuevo hábito, o al romper uno antiguo, debemos emprender esa labor con todo el entusiasmo posible, a fin de ganar el máximo terreno posible antes de que la energía se expanda cuando encuentre la fricción de los hábitos opuestos ya formados. Debemos empezar creando una impresión lo más intensa posible en la mentalidad subconsciente. Luego tenemos que permanecer constantemente en guardia contra las tentaciones que pudieran surgir de quebrar la nueva resolución «sólo por esta vez». Esta idea del «sólo por esta vez» acaba con más buenas resoluciones que cualquier otra causa. En el momento en que uno se abandona al «sólo por esta vez», se introduce una cuña que al final acabará quebrando la resolución.

También es muy importante el hecho de que cada vez que te resistes a la tentación, más fuerte se torna tu resolución. Actúa sobre tu resolución tan pronto y tan a menudo como sea posible, pues con cada manifestación del pensamiento en acción, más fuerte se torna. Cada vez que la apoyas con una acción, estás reforzando la resolución original.

A la mente se la ha comparado con una hoja de papel doblado. A partir de ese momento siempre tiene la tendencia a plegarse por el mismo doblez, a menos que creemos



un nuevo doblez, que será el que siga a partir de entonces. Los dobleces son hábitos y cada vez que hacemos o creamos uno a la mente le resulta más fácil plegarse por los mismos dobleces. Debemos contar con los dobleces mentales correctos.



La psicología de la emoción

Es posible pensar en las emociones independientemente del hábito. Podemos pensar con facilidad en adquirir hábitos de acción, e incluso de pensamiento, pero también podemos considerar las emociones como algo relacionado con «sentir» y bastante separado del esfuerzo intelectual. No obstante, y a pesar de la distinción entre ambos, los dos dependen en gran parte del hábito, y uno puede reprimir, aumentar, desarrollar y cambiar las propias emociones, igual que pueden regularse los hábitos en la manera de actuar y de ver las cosas.

La psicología sostiene el axioma: «Las emociones se hacen más profundas mediante la repetición». Si una persona permite que determinada sensación se apodere de ella, le resultará más fácil ceder a esa misma emoción en una segunda ocasión, y así, hasta que esa emoción o sensación en particular se convierta en una costumbre para ella. Si una emoción indeseable demuestra sentirse inclinada a

morar de manera permanente en ti, lo más conveniente sería que empezases a trabajar para desembarazarte de ella, o al menos para dominarla. Y el mejor momento para hacerlo es al principio, pues cada repetición hace que el hábito se enraíce más y que la tarea de desplazarlo resulte más difícil.

¿Alguna vez sentiste celos o envidia? Si es así, recordarás lo insidioso que fue su primera aproximación, de qué manera sutil vertió odiosas sugerencias en tu oído dispuesto a recibirlas, y cómo poco a poco, con la continuidad de esas sugerencias, finalmente acabaste viendo a través del prisma verde de la envidia o los celos (la envidia tiene un efecto sobre la bilis, y envenena la sangre. Por eso se la asocia con el color verde). Recordarás cómo pareció crecer, tomar posesión de ti hasta que apenas te la pudiste sacudir. La siguiente vez te resultó más fácil sentir envidia o celos. Parecía traer a tu presencia todo tipo de objetos que aparentemente justificaban tus sospechas y sensaciones. Todo parecía verde, ese monstruo gordo y verde.

Y lo mismo sucede con cada sensación o emoción. Si te abandonas a un ataque de cólera, te resultará más fácil sentirte colérico la próxima vez, frente a una provocación menor. El hábito de sentir y actuar «mezquinamente» no tarda mucho en echar raíces en un nuevo hábitat siempre que se le anime a hacerlo. La preocupación es el gran hábito que tiende a engordar. La gente empieza preocupándose de cuestiones importantes, y luego comienza a hacerlo sobre pequeñeces. Y entonces la menor insignificancia les preocupa y perturba. Se imaginan que está a

punto de sobrevenirles todo tipo de hechos fatales. Si inician un viaje están seguros de que se estrellarán o naufragarán. Si llega un telegrama, indudablemente contiene noticias horribles. Si un niño parece estar un poco calmado, la madre preocupada sólo piensa en que enfermará y morirá. Si el marido parece pensativo y le da vueltas a algún negocio en su cabeza, la buena esposa está convencida de que está empezando a dejar de quererla, y se abandona al llanto. Es el cuento de nunca acabar —preocupación, preocupación, preocupación—; y cada vez que te abandonas a ella, más fuerte se hace el hábito. Al cabo de poco tiempo ese pensamiento continuo pasa a la acción. No sólo la mente está envenenada por esos pensamientos tristes, sino que la frente empieza a mostrar profundas arrugas entre las cejas, y la voz adopta ese tono rasposo y quejumbroso tan común entre las personas preocupadas.

El estado mental conocido como «críticón» es otra emoción que engorda con el ejercicio. Primero se encuentra una falta en tal cosa, luego en esa otra, y finalmente en todo. La persona se convierte en una «gruñona» crónica, una pesadez para amigos y familiares, y alguien que los extraños prefieren evitar. Las mujeres pueden llegar a convertirse en grandes gruñonas, pero no porque los hombres sean mejores, sino porque sencillamente un hombre gruñón puede deshacerse del hábito gracias a otros hombres, que no le aguantarán la tontería. Se da cuenta de que no hace más que empeorar su situación y se sacude el hábito, mientras que una mujer tiene más oportunidades de recrearse en él. Porque este continuo gruñir no es más

que una cuestión de costumbre. Nace y se desarrolla a partir de una pequeña semilla, y cada vez que uno se recrea en él, echa otra raíz, rama o zarcillo, afianzándose cada vez más en quien le ha proporcionado terreno para crecer.

La envidia, la falta de generosidad o las habladurías son hábitos de este tipo. Las semillas están latentes en el interior de todos los seres humanos, y sólo necesitan un buen terreno y un poco de riego para cobrar vigor y fortaleza.

Cada vez que te abandonas a esas emociones negativas, más fácil te resulta volver a caer en ellas o en otras parecidas. A veces, al animar una emoción indigna, resulta que se están creando las condiciones para el desarrollo de toda una familia de esas malas hierbas mentales.

Ahora bien, aquí no se está dando una prédica ortodoxa contra el pecado o los malos pensamientos. Se trata únicamente de llamarte la atención acerca de la ley que subyace a la psicología de la emoción. No es ninguna novedad —es vieja como el mundo, tan vieja que muchos de nosotros la hemos olvidado.

Si deseas manifestar esos rasgos desagradables e ingratos continuamente, y sufrir la infelicidad que aportan, no dejes de hacerlo: es asunto tuyo y estás en tu derecho. No es asunto mío, y no te estoy predicando, pues ya tengo bastante con estar atento a mis propios hábitos y actos indeseables. Sólo te estoy hablando de la ley que regula la cuestión y de ti depende el resto. Si deseas liquidar esos hábitos, es conveniente que sepas que tienes a tu disposición varias maneras de hacerlo. Por ejemplo, siempre que te descubras abandonándote a un pensamiento o

sensación negativos, debes agarrarlos y decirles con firmeza: «¡Fuera de aquí!». Al principio no será tan fácil, y se le pondrán los pelos de punta, arqueará el lomo y gruñirá como si fuese un gato ofendido. Pero no te preocupes; sólo tienes que decir: «¡Desaparece!». La próxima vez no se mostrará tan confiado y agresivo, sino que manifestará un poco de miedo. En cada ocasión que reprimas o ahogues una tendencia de este tipo, más débil se tornará, y más fuerte serás tú.

Dice el profesor James:

Niégate a expresar una pasión y ésta morirá. Cuenta diez antes de expresar tu cólera y entonces parecerá ridículo hacerlo. Silbar para reunir valor no es una simple figura retórica. Por otra parte, siéntate todo el día en una postura abatida, suspira y contesta a todo lo que te digan con voz lúgubre, y puedes estar seguro de que tu melancolía no desaparecerá. No hay en la educación moral un precepto más valioso que éste, como atestiguan todos los que lo han experimentado: si deseamos conquistar tendencias emocionales en nosotros mismos, debemos dedicarnos en principio, de manera asidua y con sangre fría, a practicar las disposiciones contrarias que preferiríamos cultivar.

Relaja el ceño, ilumina la mirada, contrae el aspecto dorsal en lugar del ventral, habla en un tono más elevado y haz un cumplido genial; tu corazón debe de estar frío de veras si con todo eso no empieza a deshelarse.

The logo for Houghton Mifflin is located in the top left corner. It features a circular emblem with a sunburst design inside, and the words "HOUGHTON" and "MIFFLIN" are written in a circular path around it.

Desarrollar nuevas células cerebrales

He hablado del plan para deshacerse de estados sensitivos indeseables y expulsarlos. Pero hay un método mucho mejor, que es cultivar la sensación o emoción directamente opuesta a la que se desea erradicar.

Somos muy capaces de considerarnos a nosotros mismos como resultado de nuestras emociones y sensaciones, y de creer que esas sensaciones y emociones somos «nosotros». Sin embargo, eso está lejos de ser así. Es cierto que la mayoría de la humanidad es esclava de sus emociones y sensaciones, que está muy dominada por ellas. Los individuos creen que las sensaciones son elementos que nos dirigen y de los que uno no puede liberarse, así que dejan de rebelarse. Ceden a las sensaciones sin ninguna duda, aunque tal vez sepan que la emoción, o rasgo mental, está calculada para herirlos, y para provocar infelicidad y fracaso en lugar de felicidad y éxito. Se dicen: «Estamos hechos de esa manera», y se lo creen.

La nueva psicología enseña a la gente cosas mejores. Les dice que son dueños de sus emociones y sensaciones, en lugar de sus esclavos. Les enseña que pueden desarrollarse células cerebrales que se manifestarán en tendencias deseables, y que las viejas células cerebrales que se han manifestado de manera tan desagradable pueden añadirse a la lista de asuntos que hay que retirar, dejando que se atrofien por falta de uso. La gente puede transformarse y cambiar toda su naturaleza. No es una mera teoría, sino un hecho palpable que se han encargado de demostrar miles de personas, y que cada vez llama más la atención de la humanidad.

Sea cual fuere la teoría mental que apoyemos, debemos admitir que el cerebro es el órgano y el instrumento de la mente, al menos en nuestro estado presente de existencia, y que ésa es la manera en que debemos considerar al cerebro. Éste es como un maravilloso instrumento musical, que cuenta con millones de teclas, con las que creamos innumerables combinaciones de sonidos. Venimos al mundo con ciertas tendencias, temperamentos y predisposiciones. Podemos achacar esas tendencias a la herencia, o bien a teorías de preexistencias, pero el hecho es el mismo, no varía. Algunas teclas parecen responder a nuestro contacto con mayor facilidad que otras. Algunas notas parecen reaccionar mejor al paso de la corriente de las circunstancias sobre las cuerdas. Y otras vibran con menor facilidad. Pero sabemos que a menos que hagamos un esfuerzo de voluntad para apagar el sonido de algunas de esas cuerdas que suenan con tanta facilidad, acabará siendo más difícil hacerlas sonar, y no será

tan fácil que vibren al son de las circunstancias. Y si nos ocupamos de algunas de las otras teclas que no acaban de producir una nota clara, no tardaremos en afinarlas: sus notas sonarán claras y vibrantes, y ahogarán los sonidos menos agradables.

Contamos con millones de células cerebrales que no utilizamos y que esperan nuestros cuidados. Estamos acostumbrados a tratar con algunas de ellas, y con otras trabajamos sin parar. Podemos dar cierto descanso a esas células si utilizamos otras. El cerebro puede parecer entrenado y cultivado de una manera increíble para alguien que no se haya fijado en la cuestión. Las actitudes mentales pueden adquirirse y cultivarse, cambiarse y descartarse, a voluntad. Ya no hay excusa para que la gente manifieste estados mentales desagradables o perjudiciales. Todos contamos con el remedio en nuestras manos.

Adquirimos hábitos de pensamiento, sentimiento y acción, a través de su uso repetido. Podemos nacer con una tendencia en cierta dirección, o bien adquirir tendencias a través de las sugerencias de otros; también están las procedentes de las lecturas y de escuchar a profesores y maestros. Somos un fardo de hábitos mentales. Cada vez que nos abandonamos a un pensamiento o hábito indeseable, más fácil nos resulta repetir ese pensamiento o acción.

Los científicos mentales acostumbran a hablar de pensamientos deseables, o de actitudes mentales, «positivos», y de los indeseables como «negativos». Existe una buena razón para ello. La mente reconoce de forma instintiva ciertas cosas como buenas para el individuo al que

pertenece y abre camino para esos pensamientos, poniéndoles el mínimo de resistencia. Tienen un efecto mucho mayor que un pensamiento indeseable, y un pensamiento positivo puede neutralizar varios negativos. La mejor manera de superar pensamientos indeseables o negativos, así como sentimientos y emociones, es cultivar los positivos. El pensamiento positivo es la planta más recia, y con el tiempo acabará expulsando al negativo al retirarle el alimento necesario para su existencia.

Al principio, el pensamiento negativo ofrecerá una vigorosa resistencia, claro está, pues estará luchando por su supervivencia. Tal y como se dice actualmente, «ve acercarse su final», siempre y cuando se permita crecer y desarrollarse al pensamiento positivo; y en consecuencia, a la persona le dificulta las cosas hasta que ésta deja de alimentarlo. A las células cerebrales les gusta tan poco permanecer apartadas como a cualquier otra forma de energía viva, y se rebelan y luchan hasta que se debilitan tanto que no pueden seguir haciéndolo. El mejor método es dejar de hacer caso a esas malas hierbas de la mente, y dedicar todo el tiempo posible a regar las nuevas y hermosas plantas del jardín de la mente, ocuparse de ellas y cuidarlas.

Por ejemplo, si tiendes a odiar a la gente, puedes superar ese pensamiento negativo cultivando amor en su lugar. Piensa en el amor y manifiéstalo todo lo posible. Cultiva pensamientos de benevolencia y actúa con tanta amabilidad como puedas con todo aquel con quien entres en contacto. Al principio no te resultará nada fácil, pero poco a poco el amor irá dominando al odio, hasta que

éste empieza a declinar y marchitarse. Si tiendes hacia la tristeza, cultiva una sonrisa y una visión alegre de las cosas. Insiste en tener las comisuras de los labios curvados hacia arriba, y mantén la actitud de ver el lado bueno de las cosas. Los «diablos» de la tristeza se rebelarán, desde luego, pero no les hagas caso y sigue cultivando optimismo y alegría. Permite que tu lema sea: «Luminoso, alegre y feliz», **e intenta estar a la altura.**

Estas recetas pueden parecer antiguas y gastadas, pero son verdades psicológicas y las puedes utilizar en tu beneficio. Si comprendes una vez la naturaleza de este asunto, entenderás y aprovecharás las afirmaciones y autosugestiones de varias escuelas. Utilizando este método puedes tornarte energético en lugar de desidioso, activo en lugar de perezoso. La gente del Nuevo Pensamiento suele tener mucho que decir acerca de «controlar el pensamiento» y, en realidad, es necesario «controlar el pensamiento» a fin de obtener resultados. Pero también se necesita algo más. Debes manifestar el pensamiento hasta que se convierta en un hábito en ti. Los pensamientos toman forma en la acción, en la manifestación, y a su vez las acciones influyen en ellos. Así que manifestando ciertas maneras de ver las cosas, las acciones reaccionan sobre la mente, aumentando el desarrollo de la parte de la mente que está íntimamente relacionada con ese acto. Cada vez que la mente considera un pensamiento, más fácil es la acción resultante, y cada vez que se ejecuta una acción, más fácil se torna albergar el pensamiento correspondiente.

Así que ya lo ves: acción y reacción es algo que funciona en ambos sentidos. Si te sientes alegre y feliz, es

muy natural que te rías. Si te ríes un poco, empezarás a sentirte luminoso y alegre. ¿Comprendes lo que quiero decir? Te lo explicaré en pocas palabras: si deseas cultivar un cierto hábito o acción, comienza cultivando la actitud mental correspondiente. Y para cultivar esa actitud mental, empieza manifestando o llevando a cabo el acto que corresponde al pensamiento. Ahora comprueba si puedes aplicar esta regla. Ocúpate de algo que sientas que hay que hacer pero de lo que no tengas ganas de ocuparte. Cultiva el pensamiento que conduce a esa actitud y dite a ti mismo: «Me gusta hacer esto y lo otro», y luego lleva a cabo el movimiento (con alegría, recuerda) y manifiesta el pensamiento que quieres que se ocupe de esa tarea. Interésate en hacerlo, estudia la mejor manera de hacerlo, piensa en ello, tómatelo en serio y verás cómo lo haces con una considerable cantidad de placer e interés: estarás cultivando un nuevo hábito.

Si prefieres intentarlo con algún rasgo mental del que desearías deshacerte, el proceso funciona de la misma manera. Empieza cultivando el rasgo contrario, piensa en él y manifiéstalo con toda tu alma. Luego observa el cambio que te sobrevendrá. No te desanimes ante la resistencia que hallarás al principio, sino que deberás decirte, con alegría: «Puedo hacerlo y lo conseguiré», y esfuérzate. Lo que importa en este caso es mantenerse alegre e interesado en el proceso. Si lo consigues, el resto es coser y cantar.



El poder de atracción: la fuerza del deseo

Ya hemos visto la necesidad de deshacerse del miedo, de que tu deseo cuente con la máxima fortaleza para trabajar. Suponiendo que hayas llegado a dominar esta parte de la tarea, o al menos empezado a recorrer el camino que conduce a tal dominio, ahora te llamaré la atención acerca de otra importante cuestión también relacionada. Me referiré a la cuestión de las filtraciones mentales. No, no estoy hablando de la filtración que procede de tu fracaso a la hora de guardar tus propios secretos, que es importante, pero que forma parte de otra cuestión. La filtración a la que me refiero es la ocasionada por el hábito de que la atención se sienta atraída y distraída por cualquier fantasía o capricho.

Para conseguir algo es necesario que la mente se enamore de ello, y sea consciente de su existencia, casi con exclusión de todo lo demás. Debes enamorarte de aquello

que desees obtener, igual que si conocieses a la mujer o al hombre con el que desearas casarte. No estoy diciendo que debas convertirte en un monomaniaco del tema, y que pierdas todo interés en cualquier otra cosa de este mundo. Eso no funcionaría, pues la mente debe contar con esparcimiento y cambio. Lo que digo es que has de estar tan «concentrado» en el objeto deseado que todo lo demás parezca tener una importancia secundaria. Un hombre enamorado puede resultar muy agradable para todos los demás, y llevar a cabo sus deberes y gozar de los placeres de la vida con buen talante, pero interiormente todo lo que se dice a sí mismo es: «Para mí sólo hay una chica», y todas sus acciones están dirigidas a conseguir a esa chica, y a crear un hogar cómodo para ella. ¿Comprendes qué quiero decir? Debes enamorarte de aquello que desees, y debes enamorarte hasta la médula, nada de ese tipo de amor-ligue ni de «hoy sí y mañana no», sino que debe ser de ese tipo antiguo, que hacía que un joven no pudiera meterse en la cama si no daba un paseo cerca de la casa de su novia, para asegurarse de que el edificio seguía allí. ¡Así sí!

Y el hombre o la mujer en busca del éxito deben convertir esa cosa deseada en su principal pasión: tienen que concentrar su mente en la gran ocasión, en la oportunidad óptima. El éxito provoca celos. Le pide a un hombre todo su afecto, y si éste empieza a flirtear con otras pitonisas de feria, no tarda en darle la espalda. Si un hombre se desvía de su principal interés, acabará siendo un perdedor. La fuerza mental opera mejor cuando está concentrada. Hay que dedicar a lo que se desea todas las fuerzas

disponibles. Igual que un hombre que está enamorado no deja de trazar planes con los que pueda agradar a la bella de turno, lo mismo hará quien esté enamorado de su trabajo o negocios, y el resultado será que cien planes se manifestarán en el campo de la conciencia, muchos de ellos de gran importancia. La mente opera en el plano subconsciente, recuérdalo, y casi siempre de acuerdo con la pasión o el deseo predominante. Arreglará cosas y compondrá planes y proyectos, que surgirán en tu conciencia cuando más los necesites, y sentirás ganas de gritar de alegría, como si hubieses recibido una gran ayuda externa.

Pero si dispersas tu fuerza de pensamiento, la mente subconsciente no sabrá cómo agradarte, y el resultado será que no repararás en esta fuente de ayuda y asistencia. Además de eso, serás inconsciente del potente resultado de concentrar el pensamiento en la elaboración consciente de los detalles de tus planes. Y además, el ser cuya mente está repleta de una docena de intereses fracasa a la hora de ejercer el poder de atracción que manifiesta quien sólo tiene una pasión rectora, y no puede atraer personas, cosas y resultados que le ayudarían en el trazado de sus planes; también fracasará a la hora de situarse en la corriente de atracción en la que entraría en contacto con quienes estarían encantados de ayudarle por compartir intereses.

Me he percatado, en mis propios asuntos, de que cuando permito que cualquier distracción externa me aparte de mi línea de trabajo habitual, no pasa mucho tiempo antes de que me empiecen a devolver recibos y que mis asuntos demuestren claros signos de falta de vitalidad.

Ahora bien, habrá quien diga que la causa es que habré dejado algunos asuntos sin solucionar, asuntos que habría hecho si mi mente hubiera estado concentrada en ellos. Es cierto; pero también he percibido resultados similares en casos en los que no había nada que **hacer**, casos en los que la semilla estaba sembrada y la cosecha no tenía más que madurar. Y en esos casos, en cuanto dirigí mi pensamiento a la cuestión la semilla empezó a brotar. No estoy sugiriendo que tuve que emitir una enorme cantidad de ondas mentales con la idea de afectar a otras personas..., de ninguna manera. Simplemente comencé a darme cuenta de que me hallaba en posesión de algo muy beneficioso, que interesaba a otras muchas personas, y que estaba encantado de que todo el mundo pudiera tener acceso a ello. Mi pensamiento parecía revitalizar el trabajo, y las semillas empezaron a dar fruto. No es ninguna fantasía, pues lo he experimentado en varias ocasiones. He hablado con otras muchas personas de este tema y he descubierto que nuestras experiencias encajan perfectamente. Así que no hay que caer en el hábito de permitir esas filtraciones mentales. Mantén el deseo fresco y activo, y deja que lleve a cabo su labor sin las interferencias de deseos contrapuestos. Mantente enamorado de aquello que deseas alcanzar —alimenta tu fantasía con ello—, considéralo conseguido, **pero no pierdas el interés**. Mantén tu atención en tu interés primordial, y mantén tu pasión rectora fuerte y vigorosa. No seas un polígamo mental —el ser humano sólo necesita un amor mental—, es decir, ten tus deseos **uno a uno**.

Algunos científicos han afirmado que algo que pudiera denominarse amor subyace en el fondo de toda vida. Sostienen que el amor de la planta por el agua hace que extienda sus raíces hasta hallar el objeto amado. Dicen que el amor de la flor por el sol la hace apartarse de los lugares oscuros, para poder recibir luz. Las denominadas «afinidades químicas» son en realidad una forma de amor. Y el deseo es una manifestación de este amor de la Vida Universal. Así que no estoy simplemente utilizando una metáfora cuando te digo que debes amar aquello que deseas conseguir. Nada excepto un amor intenso te permitirá superar los numerosos obstáculos que se alzarán en tu camino. Sólo ese amor te permitirá soportar las pesadas pruebas de esa tarea. Cuanto más desees algo, más lo amarás; y cuanto más lo ames, más intensa será la fuerza de atracción hacia su consecución, tanto en tu interior como fuera de ti.

Así que ama una cosa en cada ocasión, no seas un mormón mental.



Las grandes fuerzas dinámicas

Ya has visto la diferencia entre los hombres triunfadores y fuertes en cualquier ámbito de la vida, y los fracasados y débiles que los rodean. Eres consciente de las diferencias que caracterizan a ambas clases, pero te resulta un tanto difícil expresar en qué radican dichas diferencias. Estudiemos un poco la cuestión.

Dijo Burton:

Cuanto más vivo, más seguro estoy de que la gran diferencia entre los seres humanos, el débil y el poderoso, el importante y el insignificante, radica en la energía y en una determinación inquebrantable: establecer un propósito y lanzarse a por él a vida o muerte. Esta cualidad conseguirá todo lo que resulte posible conseguir en este mundo, y ningún talento, circunstancias u oportunidades convertirán a una criatura bípeda en un hombre si carece de ella.

Energía y una determinación inquebrantable: ambas superarán poderosas barreras y los mayores obstáculos. Y no obstante deben utilizarse juntas. La energía sin determinación queda desperdiciada. Muchos seres humanos tienen energía, tanta que les rebosa; y sin embargo, carecen de concentración, adolecen de la fuerza concentrada que les permitiría conducir su energía hacia el lugar adecuado. La energía no es algo tan escaso como muchos imaginan. Puedo mirar a mi alrededor en cualquier momento y señalar unas cuantas personas que conozco que están repletas de energía —a muchas de ellas parece sobrarles— y que no obstante, por alguna razón, no parecen poder progresar. No hacen más que malgastar sus energías. Ahora se encaprichan de una cosa y luego de la siguiente. Se ocuparán de algún asunto nimio sin interés ni importancia, y malgastarán energía y fuerza nerviosa para que les ayude en su esfuerzo, pero cuando acaban con ello resulta que no han obtenido nada.

Otras que cuentan con mucha energía fracasan a la hora de dirigir la fuerza de voluntad hacia el fin deseado. «Determinación inquebrantable», ésas son las palabras. ¿No te estremeces con su fuerza? Si tienes algo que hacer, ponte manos a la obra y hazlo. Reúne tu energía y luego guíala y dirígela con tu voluntad, insuflando en ella esa «determinación inquebrantable», y lograrás lo que quieras.

Todo el mundo cuenta con una voluntad gigantesca en su interior, pero la mayoría somos demasiado perezosos para utilizarla. No podemos animarnos lo suficiente como para decir, sinceramente: «Lo conseguiré». Si pudiéramos armarnos de valor hasta ese punto, y luego sujetarlo

para que no se nos escurriese, seríamos capaces de echar mano de ese maravilloso poder: la voluntad humana. El hombre no tiene sino una ligera idea acerca del poder de la voluntad, pero quienes han estudiado las enseñanzas ocultas saben que la voluntad es una de las grandes fuerzas dinámicas del Universo y que si se aprovecha y dirige de manera adecuada, es capaz de lograr cosas casi milagrosas.

«Energía y determinación inquebrantable.» ¿No son palabras magníficas? Grábatelas en la memoria, impresionálas en la cera de tu mente como si fuesen un cuño, de manera que se conviertan en una inspiración constante para ti en tus momentos de necesidad. Si pudieras conseguir que esas palabras vibrasen en tu ser, serías un gigante entre pigmeos. Repítelas una y otra vez, y verás cómo te encuentras lleno de nueva vida, verás cómo circula tu sangre, cómo hormiguean tus nervios. Convierte esas palabras en parte de ti mismo y luego regresa renovado a la batalla de la vida, reanimado y reforzado. Ponlas en práctica. «Energía y determinación inquebrantable»... Deja que ése se convierta en el lema de tu vida cotidiana, y serás uno de los escasos individuos capaces de «hacer cosas».

Muchas personas están reprimidas y no dan lo mejor de sí mismas porque se subestiman en comparación con aquellas que triunfan en la vida, o más bien sobrevaloran a las que tienen éxito en comparación con ellas mismas.

Una de las cosas más curiosas que pueden percibir quienes han entrado en contacto con la gente que ha «llegado» es que esa gente que ha triunfado no es extraordinaria. Cuando conoces a algún escritor importante, te sientes un tanto decepcionado al darte cuenta de que es

alguien muy normal. No tiene una conversación brillante y, de hecho, frecuentas a un montón de gente ordinaria que parece mucho más brillante que este hombre, que te deslumbró con la luz de sus libros. Conoces a un gran estadista, y no parece ni la mitad de sabio que un montón de ancianos de tu pueblo, que desperdician su sabiduría lanzándola al aire. Conoces a un magnate de la industria y resulta que no te da la impresión de contar con la sagacidad de la que hacen gala algunos de los comerciantes minoristas de tu barrio. ¿Cómo es posible? ¿Es ficticia la fama de esos personajes, o cuál es el meollo de la cuestión?

El meollo de la cuestión es el siguiente: has imaginado que esa gente estaba hecha de un material superior y te sientes decepcionado al descubrir que están hechos de lo mismo que tú y quienes te rodean. Pero te preguntas: ¿dónde radica la grandeza de sus logros? Sobre todo en lo siguiente: creer en sí mismos y en su poder inherente, en su facultad para concentrarse en la tarea que tienen entre manos cuando trabajan y en su capacidad para evitar filtraciones de energía cuando no están trabajando. Creen en sí mismos y hacen que todo esfuerzo dé resultado. Los listos de tu pueblo vierten su sabiduría por las esquinas y hablan con muchos tontos, mientras que si fuesen sabios de verdad ahorrarían esa sabiduría y la situarían allí donde sirviese para algo. El escritor brillante no malgasta su ingenio por las esquinas; de hecho, cierra el armario en el que guarda su ingenio y sólo lo abre cuando está listo para concentrarse y ponerse a trabajar. El magnate industrial no desea impresionarte con su sagacidad e inteligencia. Nunca lo hizo, ni siquiera de joven. Mientras sus

compañeros no dejaban de hablar y jactarse, este futuro financiero de éxito no decía esta boca es mía.

La gente importante del mundo —es decir, los que han «llegado»— no son muy distintos de ti, o de mí, o del resto de nosotros: en el fondo todos somos muy parecidos. Sólo tienes que conocerlos para darte cuenta de lo «ordinarios» que son. Pero no olvides el hecho de que ellos saben cómo utilizar el material del que disponen, mientras que el resto no lo sabe y, de hecho, incluso duda de que lo tenga. El hombre o la mujer que «llega» normalmente empieza dándose cuenta de que él o ella no es tan diferente, después de todo, de la gente triunfadora de la que tanto se oye hablar. Eso les da confianza, y el resultado es que descubren que son capaces de «hacer cosas». Luego aprenden a mantener la boca cerrada y a evitar desperdiciar y disipar su energía. Almacenan energía y la concentran en lo que están haciendo, mientras que sus compañeros disipan sus energías en todas direcciones, tratando de demostrar a la gente lo listos que son. El hombre o la mujer que «llega» prefiere esperar al aplauso que sigue a los logros, y se preocupa muy poco de las alabanzas que rodean a las promesas, de lo que espera hacer «algún día» o de llevar a cabo una exhibición de «listeza» sin resultados.

Una de las razones por las que la gente que tiene trato con personas de éxito manifiesta a su vez éxito es que son capaces de observar a los triunfadores y «coger el truco» de su grandeza. Se dan cuenta de que el triunfador es un hombre normal y corriente, pero que cree totalmente en sí mismo, y también que no malgasta energía, sino que reserva todas sus fuerzas para las tareas que le aguardan.

Y aprovechando el ejemplo, empiezan a poner en práctica en sus propias vidas las lecciones aprendidas.

¿Cuál es la moraleja de esta charla? Simplemente que no hay que infravalorarse uno mismo ni sobrevalorar a los demás. Comprende que estás hecho de buena pasta, y que en el interior de tu mente hay muchas cosas buenas. Luego ponte a trabajar y desarróllalas, y extrae algo bueno de esa buena pasta. Consíguelo poniendo atención a lo que tienes ante ti y dando a cada una de ellas lo mejor de ti mismo, sabiendo que en ti hay otras muchas y buenas cosas que te ayudarán en todo lo que se te presente por delante. Dedicar lo mejor de ti mismo a la empresa que te ocupe, y no hagas trampas en la tarea presente por mor de otra que pudiera aparecer en lontananza. Tu suministro es inagotable. Y no malgastes tu buena pasta con la multitud de mirones, espectadores y críticos que tienes alrededor observando lo que haces. Guarda tu buena pasta para tu tarea, y no tengas prisa por recibir los aplausos. Guarda tus buenos pensamientos para «copiarlos» si eres escritor; guarda tus buenos proyectos para ponerlos en práctica si te dedicas a los negocios; guarda tu sabiduría para cuando lo requiera la ocasión si eres estadista; y, en todos los casos, evita el deseo de mostrar tus cartas a la multitud de mirones que buscan un «espectáculo gratuito» con el que entretenerse.

No hay nada de «elevado» en esta enseñanza, pero es justo lo que muchos de vosotros necesitáis. Dejad de hacer el tonto y tomaos las cosas en serio. Dejad de echar a perder lo bueno que hay en vosotros y empezad a trabajar en algo que valga la pena.



Reclamar lo que te pertenece

En una reciente conversación le decía a una mujer que reuniese valor para lanzarse en pos de algo bueno que llevaba ansiando desde hacía muchos años y que, finalmente, parecía estar a su alcance. Le dije que daba la impresión de que su deseo estaba a punto de verse satisfecho, que la Ley de Atracción lo traía hacia ella. Pero la mujer carecía de fe y no dejaba de repetir: «¡Oh, me parece demasiado bueno para ser cierto! ¡Demasiado bueno para **mí**!». No había superado la etapa de sentirse como un gusano arrastrándose por el polvo, y aunque tenía a su alcance la Tierra Prometida, se negaba a entrar en ella porque «era demasiado **bueno** para ella». Creo que tuve éxito al azugarla para que diese un paso adelante, pues lo último que sé es que está tomando posesión de ello.

Pero no quería hablarte de eso. Quería llamarte la atención sobre el hecho de que no hay nada que sea demasiado bueno para TI, por muy grande que pueda ser,

por muy indigno que puedas parecer. Tienes derecho a todo lo mejor, pues ésa es tu herencia legítima. Así que no tengas miedo de pedir —exigir— y tomar. Las cosas buenas del mundo no son pasto de ningún hijo favorito. Pertenecen a todos, pero sólo se acercan a aquellos que son lo bastante sabios como para reconocer que son suyas por derecho, y que tienen el coraje suficiente para ir tras ellas. Muchas cosas espléndidas se pierden porque nadie las pide; se echan a perder, quedan fuera de tu alcance, porque sientes que eres indigno de ellas. Se te escapan porque careces de la confianza y el valor para exigir las y tomar posesión de ellas.

«Nadie excepto los valientes merecen la belleza», dice el viejo adagio, y es cierto en todos los sentidos del empeño humano. Si no dejas de repetirte que eres indigno de algo bueno —que es demasiado bueno para ti—, se te podría aplicar la Ley y acabar creyéndote lo que dices. Se trata de una característica de la Ley: si crees lo que dices, te toma en serio. Así que cuidado con lo que dices, porque se lo creerá. Afirma que eres digno de lo mejor que existe, que no hay nada demasiado bueno para ti, y lo más probable es que la Ley te tome en serio y diga: «Creo que tiene razón. Voy a darle todo lo que quiere. Conoce sus derechos, así que ¿para qué negárselo?». Pero si insistes en asegurar: «¡Oh, es demasiado bueno para mí!», es probable que la Ley se diga: «No estoy segura de que sea así, pero él sabrá. Seguro que lo sabe y no voy a ser yo quien le lleve la contraria».

¿Por qué no hay nada que deba ser demasiado bueno para ti? ¿Alguna vez te has parado a pensar lo que eres?

Eres una manifestación del Todo, y tienes perfecto derecho a todo lo que existe. O, si lo prefieres de esta manera, eres hijo del Infinito, y heredero de todo. Estarás diciendo la verdad de las dos maneras. En cualquier caso, y sea lo que fuere lo que pidas, estás sólo exigiendo lo que es tuyo. Y cuanto más empeño pongas en pedirlo —cuanta más confianza tengas en acabar recibéndolo, cuanto más te esfuerces en alcanzarlo— más cerca estarás de obtenerlo.

Un intenso deseo, una expectativa confiada, el coraje en acción es lo que acaba proporcionándote lo que te pertenece. Pero antes de que pongas en marcha esas fuerzas, debes despertar a la realización de que sólo estás pidiendo lo que te pertenece, y no nada que no tengas derecho a reclamar. Mientras exista en tu mente el mínimo resquicio de duda respecto a tu derecho a las cosas que desees, estarás creando una resistencia al funcionamiento de la Ley. Puedes pedir con todo el vigor que quieras, pero carecerás del coraje para pasar a la acción si mantienes una sombra de duda acerca de tu derecho a conseguir lo que desees. Si persistes en considerar lo deseado como si perteneciese a otro en lugar de a ti mismo, estarás adoptando la postura del envidioso o codicioso, o incluso la de un ladrón. En ese caso, tu mente se rebelará y no querrá proseguir con la labor, pues instintivamente se sentirá repelida ante la idea de tomar lo que no le pertenece, pues la mente es honesta. Pero cuando comprendes que lo mejor del Universo te pertenece como Heredero Divino, y que hay suficiente para todos sin que tengas que quitárselo a nadie, entonces desaparece toda fricción, cae la barrera y la Ley lleva a cabo su tarea.

No creo en la «humildad». Esa actitud mansa y modesta no me llama la atención, no tiene ningún sentido. La idea de convertir en virtud esas actitudes, cuando el ser humano es el heredero del Universo, y tiene derecho a todo lo necesario para su crecimiento, felicidad y satisfacción, me parece absurda. No quiero decir que haya que adoptar una actitud fanfarrona y avasalladora. Eso sería absurdo, pues la verdadera fortaleza no proviene de ponerse uno en evidencia. El fanfarrón es un individuo débil confeso: fanfarronea para ocultar su debilidad. La persona verdaderamente fuerte es serena, tranquila y lleva en ella la conciencia de la fortaleza que convierte en innecesario el fanfarronear y la supuesta fortaleza. Pero hay que apartarse de ese hipnotismo de la «humildad», esa actitud mental «mansa y modesta». Recuerda el horrible ejemplo de Uriah Heep y cuídate mucho de imitarle. Echa la cabeza hacia atrás y mira al mundo de cara. No hay nada que temer, el mundo también puede temerte a ti y gritarte. Sé un hombre o una mujer, y no un objeto que gime. Y eso puede aplicarse a tu actitud mental, así como a tu comportamiento externo. Pon fin a esa actitud mental reptante y gusanil. Ponte bien derecho y mira a la vida sin miedo; gradualmente irás convirtiéndote en tu ideal.

No hay nada demasiado bueno para ti, nada de nada. Lo mejor de lo mejor ni siquiera es lo suficientemente bueno para ti, pues por delante tienes cosas mucho mejores. El mejor regalo que el mundo puede hacerte es una mera chuchería comparado con las grandes cosas que esperan tu mayoría de edad en el Cosmos. Así que no

temas lanzarte tras todo eso, tras las chucherías de este plano de conciencia. Lánzate a por ellas, atrapa un buen puñado, juega con ellas hasta que te hartes. Para eso están hechas. Están ahí para nuestro uso exclusivo, no para que las miremos de lejos, sino para que juguemos con ellas, si así lo deseamos. Sírrete tú mismo, hay montones de esos juguetes aguardando tus deseos y demandas. ¡No seas tímido! No quiero escuchar más tonterías acerca de cosas demasiado buenas para ti. ¡Bah! Eres como el hijo pequeño del emperador, que cree que los soldados de hojalata y el tambor de juguete eran demasiado buenos para él, y que se negaba a cogerlos. Pero los niños no siempre son así. Instintivamente reconocen que no hay nada que sea demasiado bueno para ellos. Quieren todo lo que tienen ante sí para jugar, y parecen sentir que tienen derecho a todas las cosas. Y ésa es la condición mental que los buscadores metidos en la Divina Aventura debemos cultivar. A menos que seamos como niños pequeños no podremos entrar en el Reino de los Cielos.

Todo lo que vemos a nuestro alrededor son los juguetes de la Guardería de Dios, juguetes que utilizamos en nuestros juegos. Sírrete tú mismo, pídelos sin vergüenza, tantos como puedas utilizar... Todos son tuyos. Y si no ves lo que deseas, no tienes más que pedirlo, pues hay una gran reserva disponible en estanterías y armarios. Juega, juega y juega a tus anchas. Aprende a tejer esteras, a levantar casas con ladrillos, a hilvanar, juega de corazón y juega bien. Y pide todos los materiales que requieras para jugar —no tengas miedo—, pues hay para todos.

Pero recuerda que, aunque todo eso es verdad, las mejores cosas siguen sin ser más que objetos para jugar: juguetes, ladrillos, esteras, cubos y demás. Son útiles, muy útiles para aprender las lecciones; agradables, muy agradables para jugar, y deseables, muy deseables para todos esos propósitos. Diviértete y aprovecha al máximo todas esas cosas. Métete en el juego hasta el fondo y disfruta. Es bueno hacerlo. Pero debes recordar algo: nunca deberás pasar por alto el hecho de que todas esas cosas tan buenas no son sino juguetes —parte del juego— y que tienes que estar dispuesto a dejarlos de lado cuando llegue el momento de pasar a la clase siguiente, de cambiar de curso, y no llorar ni quejarte porque has de dejar los juguetes atrás. No debes apegarte a ellos, pues aunque son para tu uso y disfrute, no forman parte de ti, no son esenciales para tu felicidad en la siguiente etapa. No los desprecies por su falta de sentido de la realidad, pues son cosas maravillosas relativamente, y puedes disfrutar tanto como quieras de ellas. No seas un mojigato espiritual, negándote a participar en el juego. Pero tampoco te apegues a los juguetes, que son buenos para usarlos y jugar con ellos, aunque no lo bastante para usarte a **ti** y convertirte a su vez en un juguete. No dejes que los juguetes inviertan los papeles.

Existe una diferencia entre ser dueño de las circunstancias y esclavo de ellas. El esclavo cree que los juguetes son reales y que él no es lo bastante bueno para merecerlos. Sólo coge unos cuantos, porque tiene miedo de pedir más y se pierde casi toda la gracia y la diversión. Y a continuación, al considerar que los juguetes son reales, y al

no darse cuenta de que hay muchos más, se apega a las bicocas que le han salido al paso, convirtiéndose en su esclavo. Tiene miedo de que se las quiten y no se atreve a gatear por el suelo e ir en busca de otros. El dueño sabe que puede pedir de todo. Pide lo que necesita día a día y no se preocupa por sobrecargarse; sabe que «hay mucho más» y que no pueden privarle de ello. Juega, y lo hace bien y se divierte jugando, y mientras juega aprende sus lecciones de la guardería. Pero no se apega demasiado a los juguetes. Está dispuesto a dejar de lado los juguetes viejos y alargar la mano para coger uno nuevo. Y cuando le dicen que tiene que pasar al aula siguiente, suelta en el suelo los juguetes usados ese día y con brillo en los ojos y una actitud mental confiada, entra en la nueva aula —en el Gran Desconocido—, con una sonrisa en el rostro. No está asustado, pues escucha la voz del Maestro y sabe que está allí esperándole, en la Gran Aula Siguiente.



Ley, no azar

Hace algún tiempo hablé con un hombre sobre el poder de Atracción del Pensamiento. Él me decía que no creía que el pensamiento pudiera atraer nada hacia él, y que todo era cuestión de suerte. Me dijo que había descubierto que la mala suerte le perseguía sin darle tregua, y que todo lo que tocaba salía mal. Siempre había sido así, siempre sería así y se había acostumbrado a ello. Cuando emprendía algo nuevo sabía por adelantado que acabaría mal y que de ello no saldría nada de provecho. ¡Ah, no! Para él, en la teoría de la Atracción del Pensamiento no había nada de verdad; itodo era cuestión de suerte!

Este hombre no se daba cuenta de que a través de su propia confesión estaba precisamente ofreciendo un argumento de lo más convincente en favor de la Ley de Atracción. Estaba testimoniando que siempre esperaba que todo saliese mal, y que siempre acababa sucediendo

lo que él temía. Era una magnífica ilustración de la Ley de Atracción, pero él no lo sabía, y no había ningún argumento que pudiera llegar a convencerlo. Estaba «en contra», y no había forma de hacerle cambiar: siempre esperaba la mala suerte, y en cada ocasión acababa teniendo razón; no obstante, para él, la postura de la Ciencia Mental era una tontería.

Hay mucha gente que parece creer que la única manera en que opera la Ley de la Atracción es cuando uno lo **desea** con muchas ganas y de manera continuada. No parecen darse cuenta de que una **creencia** intensa es tan eficaz como un deseo intenso. El hombre de éxito cree en sí mismo y en su éxito final y, sin hacer ningún caso a los pequeños contratiempos, adversidades, tropiezos y resbalones, se apresura con ganas hacia la meta, sin dejar nunca de estar seguro de que llegará hasta allí. Sus opiniones y metas pueden sufrir alteraciones mientras avanza, e incluso puede cambiar sus planes o hacer que se los cambien, pero todo el tiempo, en lo más profundo de su corazón, sabe que acabará «llegando». No **desea** continuamente poder llegar; simplemente lo **siente** y lo **cree**, y por lo tanto pone en marcha las fuerzas más potentes conocidas en el mundo del pensamiento.

El hombre que también cree continuamente que fracasará acabará fracasando sin duda. ¿Cómo podría evitarlo? No es ningún misterio. Todo lo que hace, piensa y dice está teñido del pensamiento de fracaso. Hay otros que atrapan ese espíritu, y por ello no confían en él ni en sus capacidades, lo que hace que piense que se trata de manifestaciones de su mala suerte, en lugar de achacarlas

a sus creencias y expectativas de fracaso. Se pasa todo el tiempo sugiriéndose pensamientos de fracaso, e invariablemente padece los efectos de la autosugestión. También en este caso, a través de sus pensamientos negativos, está bloqueando esa parte de su mente de la que deberían llegar ideas y planes que le condujesen al éxito, a los que tiene acceso quien espera el éxito porque cree en él. Las ideas brillantes no nos sobrevienen en un estado de desánimo. Nuestras mentes trabajan en ideas que podemos utilizar sólo cuando estamos entusiasmados y esperanzados

Los seres humanos sienten de manera instintiva la atmósfera de fracaso que se cierne sobre algunos de sus congéneres, y por otra parte reconocen algo en otros que los lleva a decir, cuando se enteran de que a éstos les ha sobrevenido un contratiempo temporal: «Se las arreglará para salir a flote... No se le puede hundir». Se trata de la atmósfera que provoca la Actitud Mental imperante. ¡Limpia tu Atmósfera Mental!

El azar no existe. La Ley lo sostiene todo en todas partes a causa de su propia manera de operar. No es posible nombrar una sola cosa que haya sucedido por azar. Intenta analizar la cuestión hasta sus últimas consecuencias y comprobarás que es resultado de la Ley. Es tan evidente como las matemáticas. Planificación y propósito; causa y efecto. Desde los movimientos de los mundos hasta el crecimiento de una semilla de mostaza... todo es resultado de la Ley. La caída de una roca por la falda de una montaña no sucede porque sí, sino porque existen unas fuerzas que llevan operando durante siglos para

provocarla. Y tras esas causas hay otras causas, y así hasta alcanzar la Causa Incausada.

Y la vida no es resultado del azar, sino de la Ley. La Ley opera a pleno rendimiento tanto si lo crees como si no. Puedes ser el objeto ignorante sobre el que opera la Ley. O bien puedes alinearte con las operaciones de la Ley, meterte en su caudal, por así decirlo, y a partir de entonces la Vida te parecerá algo muy distinto. No puedes salirte de la Ley diciendo que no tienes nada que ver con ella. Tienes todo el derecho y la libertad a oponerte a ella y a producir toda la fricción que desees, pero eso no afecta a la Ley, y puedes seguir con ello hasta que aprendas la lección.

La Ley de la Atracción del Pensamiento es uno de los nombres de la Ley, o mejor dicho, de una de sus manifestaciones. Vuelvo a decir que tus pensamientos son cosas reales. Salen de ti en todas las direcciones, combinándose con otros pensamientos de tipo parecido, con pensamientos opuestos de distinto carácter, formando combinaciones, dirigiéndose allí donde son atraídos, alejándose de centros de pensamiento opuesto. Y tu mente atrae los pensamientos que otros han emitido consciente o inconscientemente. Pero sólo atrae aquellos pensamientos que sintonizan con los suyos propios. En el mundo del pensamiento los semejantes se atraen, y los opuestos se repelen.

Si sintonizas tu mente con la tonalidad de coraje, confianza, fuerza y éxito, atraerás hacia ti pensamientos de naturaleza similar, gente de naturaleza similar y cosas que encajen en la melodía mental. Tus pensamientos o humor preponderante determina lo que se siente atraído hacia ti, elige tus compañeros mentales. Hoy estás

poniendo en marcha corrientes de pensamiento que con el tiempo atraerán hacia ti otros pensamientos, personas y condiciones en armonía con la tonalidad predominante en tu pensamiento. Tu pensamiento se mezclará con el de otros de naturaleza y mente semejante, y os sentiréis atraídos entre vosotros, y con toda seguridad tarde o temprano os uniréis en un propósito común, a menos que uno u otro cambie la corriente de sus pensamientos.

Acepta las operaciones de la Ley. Intégrala en ti mismo. Métete en su caudal. Mantén el aplomo. Sintoniza tu mente en clave de coraje, confianza y éxito. Mantén contacto con todos los pensamientos de ese tipo que emanan continuamente de cientos de mentes. Aprovecha lo mejor que puedas hallar en el mundo del pensamiento. Lo mejor está ahí, así que no te conformes con menos. Establece relación con buenas mentes. Sigue las vibraciones adecuadas. Debes de estar cansado de que te sacudan continuamente las operaciones de la Ley, así que armonízate con ella.

Índice

Introducción	7
Ondas de pensamiento y su proceso de reproducción	15
Charla sobre la mente	25
Construir la mente	33
El secreto de la voluntad	39
Cómo inmunizarse a la Atracción de Pensamiento dañina	45
La transmutación del Pensamiento Negativo	51
La Ley del Control Mental	59
Reafirmar la fuerza vital	63
Formar la mente del hábito	67
La psicología de la emoción	71
Desarrollar nuevas células cerebrales	77
El poder de atracción: la fuerza del deseo	83
Las grandes fuerzas dinámicas	89
Reclamar lo que te pertenece	95
Ley, no azar	103

