

James Allen

PADRONI DEL DESTINO

*I segreti del più grande motivatore
di tutti i tempi*

prefazione di Robin Sharma



Iscriviti alla newsletter su www.antepremaedizioni.it per essere sempre aggiornato su novità, promozioni ed eventi. Riceverai in omaggio un estratto in eBook dal nostro catalogo.

Prefazione: © Robin Sharma

Per *Quel che un uomo pensa* (titolo originale: *As a Man Thinketh*): traduzione dall'inglese di Serena Bertetto.

Per *Dalla povertà al potere* (titolo originale: *From Poverty to Power*): traduzione dall'inglese di Mirella Pagani.

© 2010 Anteprema

Anteprema è un marchio di Il Quadrante s.r.l.

Il Quadrante s.r.l.

corso Re Umberto 37 - 10128 Torino

Terza edizione: maggio 2024

ISBN 978-88-6849-318-9

Prefazione

I libri di James Allen, e in particolare *Quel che un uomo pensa*, hanno profondamente influenzato il mio modo di vedere le cose. In un mondo segnato da cambiamenti radicali, profonda negatività e costante incertezza, le sue parole ci ricordano che il nostro pensiero influenza i nostri risultati. E quando educiamo il nostro cervello a focalizzarsi sull'eccellenza, le opportunità e il successo, gettiamo le basi che ci consentiranno di realizzare tutto quello che vogliamo.

Con una semplicità straordinaria, James Allen ci insegna come esprimere il meglio di noi stessi. Nei miei libri *The Leader Who Had No Title* e *Il monaco che vendette la sua Ferrari*, ho proposto al lettore dei metodi utili per risvegliare quelle qualità di *leadership* fondamentali per ottenere il successo nella vita e negli affari. James Allen fa lo stesso, nella maniera più chiara ed efficace e grazie a parole di eccezionale potenza.

Ho letto e riletto *Quel che un uomo pensa* più volte nel corso degli anni e posso affermare, senza ombra di dubbio, che è uno dei libri di *self-help* e pensiero positivo che maggiormente mi hanno influenzato. A una prima lettura si potrebbe pensare che gli argomenti esposti nel libro siano banali. Ma più lo si rilegge – e lo si approfondisce – più appare evi-

dente che ci troviamo davanti a un autentico capolavoro, scritto non solo da un pensatore di alto livello, ma da un uomo che ci insegna ad avere speranza

E la mia, di speranza, è che questo libro – così come gli altri testi eccezionali di James Allen – diventi per voi un inseparabile compagno di strada nel conseguimento di uno straordinario successo in ogni settore della vostra vita. E che le sue parole siano per voi un'inesauribile fonte di idee, in grado di ispirarvi e guidarvi in ogni vostra azione.

Con affetto,

Robin Sharma

PADRONI DEL DESTINO

Effetto del pensiero sulle circostanze

Possiamo paragonare la mente umana a un giardino, il quale potrà essere coltivato con intelligenza o lasciato incolto; ma in entrambi i casi, curato o abbandonato, un giardino deve *generare*, e lo farà. Se non vengono *piantati* semi utili, al loro posto *cadranno* in abbondanza gli inutili semi delle erbacce, e diffonderanno la loro specie.

Proprio come un giardiniere coltiva il suo pezzo di terra, togliendo le erbacce per far crescere i fiori e la frutta che predilige, così un uomo dovrà badare al giardino della sua mente, estirpando i pensieri erronei, inutili e impuri per coltivare fino alla perfezione i fiori e i frutti dei pensieri positivi, utili e puri. Continuando a seguire tale processo, prima o poi un uomo scopre di essere il giardiniere della sua anima, colui che dirige la propria vita. Rivela a sé stesso le leggi del pensiero, e comprende con sempre maggior esattezza come le forze della mente operino nella formazione della sua personalità, delle circostanze e del destino.

Pensiero e personalità sono un'unica cosa, e considerato che è solo attraverso l'ambiente e le circostanze che la personalità può manifestarsi e venire a conoscenza di sé stessa, le condizioni esteriori della vita di un uomo non potranno che rivelarsi in armonia con il suo stato interiore. Con questo non

si intende sostenere che in qualsiasi momento le circostanze della vita di un uomo siano un indizio della *totalità* della sua personalità, bensì che quelle particolari circostanze siano legate così saldamente a qualche elemento vitale del suo pensiero da essere indispensabili allo sviluppo di tale personalità.

Ciascun uomo si trova dov'è in base alla legge della sua essenza; i pensieri con cui ha costruito la propria personalità lo hanno condotto fin lì, e nella disposizione della sua vita non c'è alcun elemento dovuto al caso, ma ogni fattore è il prodotto di una legge che non può sbagliare. Questo concetto è valido tanto per coloro che si sentono «in disaccordo» con il loro ambiente, quanto per chi al contrario ne è pago.

L'essere umano, in quanto creatura in continuo progresso ed evoluzione, opera dove può imparare a svilupparsi; e non appena comprende la lezione spirituale che ogni circostanza ha in serbo per lui, fa sì che questa scorra per lasciare il posto ad altri avvenimenti.

Finché l'uomo si considera come un prodotto delle condizioni esterne, è costretto a lottare contro le circostanze, ma nel momento in cui si rende conto di possedere il potere di creare, e la facoltà di controllare i semi invisibili e il terreno da cui nascono le circostanze, diviene il legittimo padrone di sé stesso.

Che le circostanze *nascano* dal pensiero è noto a chiunque abbia praticato anche per un breve periodo di tempo il controllo di sé e l'autopurificazione. Costui avrà infatti notato come la trasformazione delle circostanze esteriori avvenga in rapporto diretto con i cambiamenti all'interno della sua mente. E questo è talmente vero che, quando un uomo si impegna con fervore a rimediare ai propri difetti caratteriali e compie rapidamente grandi progressi, in un breve periodo di tempo gli accadono un gran numero di cose.

L'anima attrae ciò che segretamente alberga dentro di essa, ciò che ama e anche ciò che teme; raggiunge le vette delle aspirazioni che nutre; precipita al livello dei suoi desideri impuri – e sono le circostanze il mezzo tramite il quale l'anima riceve ciò che le appartiene.

Ogni seme di pensiero volutamente piantato, o al quale viene permesso di cadere nella mente e di mettervi radice, produce qualcosa, e prima o poi fiorisce in un'azione e genera il proprio frutto di opportunità e circostanze. I buoni pensieri recano buona frutta, i cattivi pensieri, frutta cattiva.

Il mondo esteriore delle circostanze prende la sua forma dal mondo interiore del pensiero, e le condizioni esterne, siano esse positive o negative, sono fattori il cui fine è il bene ultimo dell'individuo. In quanto mietitore del proprio raccolto, l'uomo impara sia dalle sofferenze sia dalla beatitudine.

Assecondando i suoi più intimi desideri, le aspirazioni e i pensieri, e lasciandosi dominare da questi ultimi (correndo dietro ai fuochi fatui delle fantasie impure, o camminando con passo risoluto lungo la strada dell'impegno più faticoso e sublime), un uomo arriva ad assaporarne la realizzazione e il compimento negli avvenimenti esteriori della sua vita. Le leggi dello sviluppo e della correzione persistono ovunque.

Non è per colpa della tirannia del fato o delle circostanze se l'uomo finisce all'ospizio di carità o in prigione, bensì se segue il sentiero di pensieri abietti e bassi desideri. Né l'uomo di mente pura si abbandona all'improvviso al crimine a causa della mera pressione di forze esterne: da tempo nutrive segretamente nel proprio cuore pensieri criminosi, che al momento opportuno hanno rivelato il potere da loro accumulato. Le circostanze non fanno l'uomo, lo svelano a sé stesso. Non esistono condizioni tali da degradare un uomo

al vizio e alle conseguenti sofferenze, se non le sue stesse inclinazioni immorali, o condizioni tali da innalzarlo alla virtù e alla pura gioia senza che egli coltivi con costanza aspirazioni virtuose; e dunque l'uomo, in quanto signore e padrone del suo pensiero, è l'artefice di sé stesso, l'autore dell'ambiente che lo circonda, colui che ne decide la forma. Persino alla nascita l'anima si indirizza verso ciò che le somiglia, e a ogni passo del suo peregrinare mondano attrae quelle combinazioni di avvenimenti che la rivelano a sé stessa e sono il riflesso della sua purezza e della sua corruzione, della sua forza e della sua debolezza.

Gli uomini non attraggono ciò che *vogliono*, ma ciò che *sono*. I loro capricci, le fantasie e le ambizioni potranno incontrare un ostacolo a ogni passo, ma i loro più intimi pensieri e desideri ricevono costante nutrimento, sia esso cibo sano o disgustoso. Il «Dio che dà forma e sostanza ai nostri fini»¹ è dentro di noi, siamo noi stessi.

Un uomo può essere ostacolato solo da sé stesso: pensiero e azione sono i secondini del Fato – se bassi e indegni, imprigionano; oppure gli angeli della Libertà – se nobili, liberano. Un uomo non ottiene ciò che spera o per cui prega, ma solo quello che guadagna onestamente. Le sue preghiere e i suoi desideri ricevono una risposta e vengono gratificati solo quando sono in armonia con i suoi pensieri e le sue azioni.

Alla luce di tale verità, qual è dunque il significato della frase: «Lottare contro le circostanze»? È che l'uomo si rivolta in continuazione contro un *effetto* esterno, mentre nel suo cuore continua a nutrirne e a preservarne la *causa*. Tale causa può assumere la forma di un vizio consapevole o di una debolezza inconscia; in ogni caso essa ostacola con tenacia gli sforzi di chi la possiede, e questo richiede a gran voce un rimedio.

Gli uomini sono ansiosi di migliorare le circostanze della loro vita, ma riluttanti a migliorare sé stessi; e di conseguenza essi rimangono immobili. Un uomo che accetti l'autocrociissione, non potrà mai fallire nel tentativo di ottenere ciò che gli sta a cuore. Questo è valido tanto per le cose terrene quanto per quelle del cielo. Persino l'uomo il cui solo obiettivo è ottenere la ricchezza deve essere pronto a compiere grandi sacrifici personali per conquistare ciò che desidera; e, dunque, quanto maggiormente dovrà sacrificarsi chi desidera realizzare una vita sicura e ben equilibrata?

Prendiamo in considerazione un uomo povero fino alla miseria. È estremamente ansioso di migliorare le sue condizioni di vita e rendere più confortevole la sua abitazione, eppure non fa che sfuggire ai propri doveri, e quando tenta di ingannare il suo datore di lavoro, trova una giustificazione nel fatto che la paga è insufficiente. Quest'uomo non comprende i più semplici rudimenti di quei principi che stanno alla base della vera prosperità, ed è assolutamente inadatto a risollevarsi dalla sua miseria; al contrario, accogliendo e manifestando pensieri indolenti, ingannevoli e vigliacchi, attinerà verso di sé una miseria ancora più profonda.

Consideriamo ora un uomo ricco, vittima di una malattia dolorosa e tenace dovuta alla sua ingordigia. È disposto a spendere una considerevole somma di denaro per liberarsi di tale morbo, ma non ha intenzione di sacrificare i suoi ghiotti desideri. Vuole allo stesso tempo appagare il suo gusto per le pietanze ricche e ricercate ed essere in salute. Un uomo simile è del tutto inadatto ad avere una sana costituzione, perché ancora non ha imparato i principi basilari di una vita salutare.

Consideriamo un datore di lavoro che adotta misure sleali in modo da evitare pagamenti regolari e riduce lo stipen-

dio dei suoi dipendenti, sperando di ottenere così maggiori profitti. Un uomo simile è del tutto inadatto alla ricchezza e quando si ritroverà in bancarotta, non solo finanziaria ma anche sociale, incolperà le circostanze senza rendersi conto di essere il solo autore della propria condizione.

Ho introdotto questi tre casi per illustrare la semplice verità che l'uomo è causa di ciò che lo circonda (quasi sempre senza esserne consapevole), e che, pur mirando a un giusto fine, impedisce a sé stesso di raggiungerlo incoraggiando pensieri e desideri che non armonizzano con esso. Esistono innumerevoli varianti di questo genere di casi ma non è necessario enumerarli; il lettore che decidesse di farlo, infatti, potrà rintracciare nella sua vita e nella sua mente le azioni della legge del pensiero, e fino a quando non si risolverà a procedere, non gli saranno sufficienti i semplici fatti esterni come base per una riflessione.

Tuttavia, le circostanze sono così complicate, il pensiero è così radicato e il concetto di felicità varia a tal punto a seconda degli individui, che nessuno può dirsi in grado di giudicare la *totalità* dell'anima di un uomo in base agli aspetti esteriori della sua vita (con l'eccezione, forse, di lui stesso). Un uomo può essere onesto per certi aspetti, eppure dover soffrire di molte privazioni; un uomo può essere disonesto in qualche ambito, eppure acquisire ricchezza: ma la diffusa convinzione che un uomo fallisca *per colpa della sua estrema onestà*, e che l'altro prosperi *grazie alla sua assoluta disonestà* è dovuta alla grossolana opinione secondo cui l'uomo disonesto è completamente corrotto, e l'uomo onesto interamente virtuoso. Alla luce di una conoscenza più profonda e di un'esperienza più vasta, un simile giudizio si rivelerà erroneo. L'uomo disonesto avrà qualche mirabile virtù che l'altro non possiede; e l'onesto un riprovevole vizio del tutto assente nel

primo. L'individuo che si comporta con onestà raccoglie i buoni risultati di pensieri e azioni onesti; ma su di sé attira anche le sofferenze causate dai suoi vizi. Allo stesso modo, il disonesto raccoglie le sue sofferenze e le sue gioie.

Attribuire a un'eccessiva virtù la colpa delle proprie sofferenze è tipico della vanità umana; ma solo quando un uomo avrà estirpato ogni pensiero malsano, acre e impuro, e ripulito la propria anima da ogni macchia del peccato, sarà nella condizione di sapere con certezza e di poter dichiarare che le sue sofferenze derivano dai suoi pregi, piuttosto che dai difetti; durante la ricerca della perfezione suprema, ma ben prima di averla raggiunta, un individuo che lavora sulla sua mente e sulla sua vita verrà a conoscenza della Grande Legge, la quale non può che essere equa, e dunque non può ricambiare il male con il bene e il bene con il male. Una volta in possesso di tale conoscenza, e riconsiderando la sua passata ignoranza e cecità, un uomo saprà che la sua vita è, ed è sempre stata, regolata dalla giustizia, e che tutte le sue passate esperienze, fossero esse positive o negative, rappresentavano il giusto esercizio per la sua anima in evoluzione ma non ancora formata.

I pensieri buoni e le buone azioni non possono avere risultati negativi; cattive azioni e cattivi pensieri non possono provocare del bene. Allo stesso modo, dal frumento nasce solo frumento e dalle ortiche nascono solo ortiche. Gli uomini riconoscono questa legge nell'ambito della natura, e a essa conformano il loro lavoro; ma pochi capiscono di doverla applicare anche al mondo della mente e della morale (sebbene vi operi con la stessa semplicità e infallibilità) ed essi dunque non cooperano con questa legge.

La sofferenza è *sempre* causata da pensieri sbagliati. Indica che l'individuo non è in armonia con sé stesso, con la Leg-

ge della sua essenza. L'unico e supremo scopo della sofferenza è la purificazione, l'estinzione di tutto ciò che è inutile e impuro. La sofferenza cessa per colui che è puro. Come non c'è alcuno scopo nel fondere l'oro per raffinarlo una volta che gli scarti sono stati rimossi, così un essere perfettamente puro e illuminato non ha motivo di soffrire.

Le circostanze che causano sofferenza in un uomo sono il risultato della scarsa armonia della sua mente. Le circostanze che invece gli comunicano beatitudine sono il risultato dell'armonia della sua mente. La beatitudine, non la ricchezza materiale, è la misura del giusto pensiero; la disperazione, non la mancanza di beni, è la misura del pensiero erroneo. Un uomo potrebbe essere ricco e dannato, povero e benedetto. Benedizione e prosperità si incontrano solo quando le ricchezze vengono utilizzate in maniera giusta e saggia; e il povero precipita nella disperazione solo quando considera la sua sorte un ingiusto fardello.

Indigenza e indulgenza sono i due estremi della disgrazia. Entrambi sono innaturali ed entrambi nascono dal disordine mentale. Un uomo si trova nella giusta condizione solo quando è felice, in salute e prospero; e felicità, salute e prosperità sono l'effetto di un adattamento armonioso di interiorità ed esteriorità, dell'uomo con ciò che lo circonda.

Un uomo inizia a essere tale solo quando cessa di lamentarsi e ingiuriare il prossimo, e si dedica alla ricerca della giustizia invisibile che regola la sua vita. E mentre la sua mente si adatta a quell'elemento regolatore, l'uomo cessa di accusare gli altri delle sue condizioni, e si migliora con pensieri forti e nobili; smette di ribellarsi alle circostanze, e le utilizza non solo come un aiuto per accelerare il suo progresso, ma come un mezzo tramite il quale scoprire dentro sé poteri e possibilità nascosti.

È la legge, non la confusione, il principio che domina l'universo; è la giustizia, non l'ingiustizia, l'anima e la sostanza della vita; è la correttezza, non la corruzione, la forza che dà forma e movimento al governo spirituale del mondo. Stando così le cose, un uomo non deve fare altro che migliorarsi fino a scoprire che l'universo è giusto; e durante il processo di miglioramento, noterà che nel momento in cui cambia il suo pensiero riguardo a cose e persone, cose e persone cambiano nei suoi confronti.

La prova di tale verità è dentro ciascun individuo, ed essa è dunque verificabile con grande semplicità per mezzo di una sistematica introspezione e dell'autoanalisi. Un uomo che cambia radicalmente modo di pensare, sarà meravigliato dalle rapide trasformazioni che tale cambiamento provocherà nelle condizioni materiali della sua vita. Gli uomini credono che il pensiero possa rimanere segreto, ma non è così; si cristallizza rapidamente in un'abitudine, e l'abitudine si solidifica in circostanze. Pensieri animaleschi si cristallizzano nella pratica di ubriachezza e di voluttà, la quale si solidifica in situazioni di privazione e malattia; pensieri impuri di qualsiasi genere si cristallizzano in abitudini fiaccanti e confuse, le quali si solidificano in circostanze avverse che distruggono dalla giusta via; paura, dubbio e indecisione si cristallizzano in debolezza, vigliaccheria e irresolutezza, le quali si solidificano in fallimento, indigenza e dipendenza servile; pensieri pigri si cristallizzano nella pratica di disonestà e sporcizia, la quale si solidifica in circostanze di sozzura e accattonaggio; pensieri carichi di odio e condanna si cristallizzano nell'abitudine alla violenza e all'accusa, la quale si solidifica in persecuzioni e lesioni; ogni tipo di pensiero egoista si cristallizza nell'abitudine all'egocentrismo, che si solidifica in circostanze più o meno penose. D'altro

canto, ogni tipo di pensiero positivo si cristallizza in abitudini di grazia e gentilezza, le quali si solidificano in situazioni amabili e gioiose; pensieri puri si cristallizzano nella pratica di tolleranza e autocontrollo, la quale si solidifica in circostanze quiete e pacifiche; coraggio, indipendenza e decisione si cristallizzano in comportamenti virili, i quali si solidificano in successo, abbondanza e libertà; pensieri ricchi di energia si cristallizzano nell'abitudine alla pulizia e all'industria, la quale si solidifica in circostanze piacevoli; pensieri gentili e indulgenti si cristallizzano in garbo e cortesia, che si solidificano in circostanze favorevoli alla protezione e alla conservazione; pensieri amorevoli e generosi si cristallizzano in una disposizione dimentica di sé a beneficio del prossimo, la quale si solidifica in una vita di prosperità certa e durevole, e in una vera ricchezza.

Seguire un certo corso di pensieri, siano essi positivi o negativi, non potrà che produrre i suoi effetti su personalità e circostanze. Un uomo non può scegliere in modo *diretto* le circostanze intorno a lui, ma può selezionare i suoi pensieri e dunque, in modo indiretto ma certo, dar forma alle circostanze della sua vita.

La natura realizza i pensieri che ciascun uomo incoraggia maggiormente, ed egli affronterà situazioni che porteranno alla luce i suoi pensieri positivi, e situazioni che invece evidenzieranno quelli negativi.

Sarà sufficiente che un uomo si allontani dai suoi pensieri peccaminosi perché il mondo intero si addolcisca nei suoi confronti, e sia pronto ad aiutarlo; basterà che egli abbandoni i suoi pensieri deboli e malsani ed ecco che in ogni occasione lo aiuterà a mantenere le sue energiche decisioni; che si sforzi di incoraggiare i pensieri positivi e nessun fato avverso potrà trascinarlo nella miseria e nella vergogna. Il