

BIBLIOTECA ESOTERICA

COME UN UOMO PENSA



J. ALLEN

UNA PUBBLICAZIONE DI ADVANCED HOLISTIC ACADEMY

COME UN UOMO PENSA

Titolo originale: As a Man Thinketh

JAMES ALLEN

Edizione italiana

Biblioteca Esoterica

Una pubblicazione di Advanced Holistic Academy

COPYRIGHT E NOTE LEGALI

Titolo originale: As a Man Thinketh

Autore: James Allen

Prima pubblicazione: 1903

L'opera originale è di pubblico dominio.

© 2026 Advanced Holistic Academy per la presente edizione italiana.

Traduzione, revisione editoriale e impaginazione dell'edizione italiana a cura di Advanced Holistic Academy.

La presente traduzione e gli elementi originali di questa edizione sono protetti dalla normativa sul diritto d'autore. È vietata la riproduzione, distribuzione o diffusione, totale o parziale, salvo nei casi consentiti dalla legge.

Nota: i contenuti di questo volume sono proposti esclusivamente a scopo culturale e informativo. Le affermazioni dell'autore relative alla salute riflettono il contesto e le concezioni dell'opera originale e non costituiscono consulenza medica né sostituiscono diagnosi, trattamenti o indicazioni di professionisti sanitari qualificati.

COME UN UOMO PENSA

JAMES ALLEN

*La Mente è il Potere sovrano che plasma e crea,
E l'Uomo è Mente, e sempre egli prende
Lo Strumento del Pensiero e, plasmando ciò che vuole,
Fa nascere mille gioie, mille mali—
Egli pensa in segreto, e ciò si avvera.
L'ambiente non è che il suo specchio.*

PREFAZIONE

Questo piccolo volume (frutto di meditazione ed esperienza) non intende essere un trattato esaustivo sul tanto discusso tema del potere del pensiero. È più suggestivo che esplicativo, e il suo scopo è stimolare uomini e donne a scoprire e percepire la verità che—

“Essi stessi sono artefici di se stessi”

in virtù dei pensieri che scelgono e incoraggiano; che la mente è il maestro tessitore, tanto della veste interiore del carattere quanto della veste esteriore delle circostanze, e che, come finora possono aver tessuto nell'ignoranza e nel dolore, così ora possono tessere nell'illuminazione e nella felicità.

**JAMES ALLEN.
BROAD PARK AVENUE,
ILFRACOMBE,
INGHILTERRA.**

INDICE

PENSIERO E CARATTERE

EFFETTO DEL PENSIERO SULLE CIRCOSTANZE

EFFETTO DEL PENSIERO SULLA SALUTE E SUL CORPO

PENSIERO E SCOPO

IL FATTORE-PENSIERO NELLA REALIZZAZIONE

VISIONI E IDEALI

SERENITÀ

PENSIERO E CARATTERE

L'aforisma «Come un uomo pensa nel suo cuore, così egli è» non solo abbraccia l'intero essere di un uomo, ma è così vasto da estendersi a ogni condizione e circostanza della sua vita. Un uomo è letteralmente *ciò che pensa*, poiché il suo carattere è la somma completa di tutti i suoi pensieri.

Come la pianta nasce dal seme e non potrebbe esistere senza di esso, così ogni atto di un uomo nasce dai semi nascosti del pensiero e non avrebbe potuto manifestarsi senza di essi. Ciò vale tanto per gli atti definiti «spontanei» e «non premeditati» quanto per quelli compiuti deliberatamente.

L'azione è il fiore del pensiero, e la gioia e la sofferenza ne sono i frutti; così l'uomo raccoglie il frutto dolce e amaro della propria coltivazione.

«Il pensiero nella mente ci ha resi ciò che siamo;
Dal pensiero siamo stati forgiati e costruiti. Se la mente di un uomo
Nutre pensieri malvagi, il dolore lo segue come segue
La ruota dietro al bue...

... Se uno persevera
Nella purezza del pensiero, la gioia lo segue
Come la sua stessa ombra—sicura.»

L'uomo è una crescita secondo la legge, non una creazione artificiosa, e causa ed effetto sono assoluti e immutabili nel regno nascosto del pensiero quanto nel mondo delle cose visibili e materiali. Un carattere nobile e simile a Dio non è una questione di favore o di caso, ma il risultato naturale di uno sforzo continuo nel retto pensare, l'effetto di una lunga consuetudine con pensieri simili a Dio. Un carattere ignobile e bestiale, attraverso lo stesso processo, è il risultato del continuo accogliere pensieri meschini e degradanti.

L'uomo si costruisce o si distrugge da sé; nell'arsenale del pensiero forgia le armi con cui distrugge se stesso; e plasma anche gli strumenti con cui costruisce per sé dimore celesti di gioia, forza e pace. Attraverso la giusta scelta e la vera applicazione del pensiero, l'uomo ascende alla Perfezione Divina; attraverso l'abuso e l'errata applicazione del pensiero, discende al di sotto del livello della bestia. Tra questi due estremi si trovano tutti i gradi del carattere, e l'uomo ne è l'artefice e il padrone.

Tra tutte le belle verità riguardanti l'anima che sono state restaurate e riportate alla luce in questa epoca, nessuna è più gioiosa o più feconda di promessa divina e fiducia di questa: l'uomo è il padrone del pensiero, il plasmatore del carattere e l'artefice e modellatore della condizione, dell'ambiente e del destino.

Come essere dotato di Potere, Intelligenza e Amore, e signore dei propri pensieri, l'uomo possiede la chiave di ogni situazione e contiene in sé quell'azione trasformatrice e rigeneratrice mediante la quale può fare di se stesso ciò che vuole.

L'uomo è sempre il padrone, anche nel suo stato più debole e abbandonato; ma nella sua debolezza e degradazione è il padrone stolto che governa male la propria «casa». Quando comincia a riflettere sulla propria condizione e a cercare diligentemente la Legge sulla quale è fondato il suo essere, allora diventa il padrone saggio, dirige le proprie energie con intelligenza e plasma i propri pensieri verso risultati fecondi. Tale è il padrone *consapevole*, e l'uomo può diventarlo soltanto scoprendo *dentro di sé* le leggi del pensiero; scoperta che dipende interamente dall'applicazione, dall'autoanalisi e dall'esperienza.

Solo attraverso molta ricerca e molto scavo si ottengono oro e diamanti, e l'uomo può trovare ogni verità connessa al proprio essere se scaverà profondamente nella miniera della propria anima; e può provare senza possibilità d'errore di essere l'artefice del proprio carattere, il plasmatore della propria vita e il costruttore del proprio destino, se osserverà, controllerà e modificherà i propri pensieri, rintracciandone gli effetti su di sé, sugli altri, sulla propria vita e sulle proprie circostanze, collegando causa ed effetto mediante una pratica e un'indagine pazienti, e utilizzando ogni propria esperienza, persino l'avvenimento quotidiano più insignificante, come mezzo per ottenere quella conoscenza di sé che è Comprensione, Saggezza, Potere. In questa direzione, come in nessun'altra, è assoluta la legge secondo cui «Chi cerca trova; e a chi bussa sarà aperto»; poiché soltanto attraverso pazienza, pratica e incessante insistenza un uomo può entrare dalla Porta del Tempio della Conoscenza.