



James Allen

Controlar El Destino



E LEJANDRIA

LIBRO DESCARGADO EN WWW.ELEJANDRIA.COM, TU SITIO WEB DE OBRAS DE
DOMINIO PÚBLICO
¡ESPERAMOS QUE LO DISFRUTÉIS!

CONTROLAR EL DESTINO

JAMES ALLEN

PUBLICADO: 1909
FUENTE: THE JAMES ALLEN FREE LIBRARY
TRADUCCIÓN: ELEJANDRÍA

PREFACIO

El descubrimiento de la ley de la Evolución en el mundo material ha preparado a los hombres para el conocimiento de la ley de causa y efecto en el mundo mental. El pensamiento no es menos ordenado y progresivo que las formas materiales que lo encarnan; y no sólo las células y los átomos, sino también los pensamientos y los actos están cargados de una energía acumulativa y selectiva. En el reino del pensamiento y de la acción, el bien sobrevive, porque es el "más apto"; el mal acaba por perecer. Saber que la "ley perfecta" de la Causalidad lo abarca todo, tanto en la mente como en la materia, es liberarse de toda ansiedad respecto al destino último de los individuos y de la humanidad...

"Porque el hombre es hombre y dueño de su destino" -.

Y la voluntad en el hombre que está conquistando el conocimiento de la ley natural conquistará el conocimiento de la ley espiritual. La voluntad que, en la ignorancia, elige el mal, a medida que la sabiduría evoluciona y emerge, elegirá el bien. En un universo de ley, el dominio final del mal por el hombre está asegurado. Sus destinos menores de separación y dolor, derrota y muerte, no son más que pasos disciplinarios que conducen al Gran Destino del dominio triunfante. Él mismo está construyendo inconscientemente, aunque con las manos laceradas y el cuerpo encorvado por el trabajo, el Templo de la Gloria que le proporcionará una morada eterna de paz.

En este volumen he tratado de exponer algunas palabras indicativas de esta Ley y de este Destino, así como de la manera en que funcionan y se construyen; y he dispuesto el tema de modo que el libro sea un volumen

complementario de la Vida Triunfante. Los primeros seis y los últimos capítulos aparecieron por primera vez en Bibby's Quarterly y Bibby's Annual, y es con el amable permiso del editor, el Sr. Joseph Bibby, que ahora se reúnen y publican en forma de volumen, habiéndose añadido los otros tres capítulos para que el libro sea consecutivo y completo.

James Allen

1. HECHOS, CARÁCTER Y DESTINO

EXISTE, y siempre ha existido, una creencia generalizada en el Destino, es decir, en un Poder eterno e inescrutable que asigna fines definidos tanto a los individuos como a las naciones. Esta creencia ha surgido de una larga observación de los hechos de la vida.

Los hombres son conscientes de que hay ciertos acontecimientos que no pueden controlar y que son impotentes para evitarlos. El nacimiento y la muerte, por ejemplo, son inevitables, y muchos de los incidentes de la vida parecen igualmente inevitables.

Los hombres ponen todo su empeño en la consecución de ciertos fines, y gradualmente se vuelven conscientes de un Poder que parece no provenir de ellos mismos, que frustra sus insignificantes esfuerzos, y se ríe, por así decirlo, de sus infructuosos esfuerzos y luchas.

A medida que los hombres avanzan en la vida, aprenden a someterse, más o menos, a este Poder dominante que no comprenden, percibiendo sólo sus efectos en ellos mismos y en el mundo que les rodea, y lo llaman con diversos nombres, como Dios, Providencia, Destino, etc.

Los hombres de contemplación, como los poetas y los filósofos, se hacen a un lado, por así decirlo, para observar los movimientos de este misterioso Poder que parece elevar a sus favoritos por un lado, y abatir a sus víctimas por el otro, sin referencia al mérito o demérito.

Los más grandes poetas, especialmente los dramáticos, representan este Poder en sus obras, tal como lo han observado en la Naturaleza. Los drama-

turgos griegos y romanos suelen representar a sus héroes conociendo de antemano su destino y poniendo medios para escapar de él, pero al hacerlo se ven envueltos ciegamente en una serie de consecuencias que provocan la fatalidad que intentan evitar. Los personajes de Shakespeare, en cambio, son representados, como en la Naturaleza, sin conocimiento previo (salvo en forma de presentimiento) de su destino particular. Así, según los poetas, tanto si el hombre conoce su destino como si no, no puede evitarlo, y cada acto suyo consciente o inconsciente es un paso hacia él.

El Dedo que se mueve de Omar Khayyam es una vívida expresión de esta idea del Destino:

"El Dedo que se mueve escribe, y habiendo escrito,
se mueve: ni toda tu piedad ni tu ingenio
Lo harán retroceder para cancelar media línea,
ni todas tus lágrimas borrarán una palabra".

Así, los hombres de todas las naciones y épocas han experimentado en sus vidas la acción de este Poder o Ley invencible, y en nuestra nación hoy esta experiencia se ha cristalizado en el proverbio lacónico: "El hombre propone, Dios dispone."

Pero, por contradictorio que pueda parecer, existe una creencia igualmente generalizada en la responsabilidad del hombre como agente libre.

Toda la enseñanza moral es una afirmación de la libertad del hombre para elegir su curso y moldear su destino: y los esfuerzos pacientes e incansables del hombre para alcanzar sus fines son declaraciones de conciencia de libertad y poder.

Esta doble experiencia del destino, por un lado, y de la libertad, por otro, ha dado lugar a la interminable controversia entre los creyentes en el fatalismo y los defensores del libre albedrío -una controversia que se ha reavivado recientemente bajo el término "determinismo versus libre albedrío."

Entre extremos aparentemente contradictorios hay siempre un "camino intermedio" de equilibrio, justicia o compensación que, aunque incluye ambos extremos, no puede decirse que sea ni uno ni otro, y que pone a ambos en armonía; y este camino intermedio es el punto de contacto entre dos extremos.

La Verdad no puede ser partidista, sino que, por su naturaleza, es la Reconciliadora de los extremos; y así, en el asunto que estamos considerando, hay un "justo medio" que pone en estrecha relación el Destino y el Libre Albedrío, en el que, en efecto, se ve que estos dos hechos indiscutibles de la vida humana, pues tales son, no son sino dos aspectos de una ley central, un principio unificador y omnicomprendido, a saber, la ley de la causalidad en su aspecto moral.

La causalidad moral necesita tanto del Destino como del Libre Albedrío, tanto de la responsabilidad individual como de la predestinación individual, porque la ley de las causas debe ser también la ley de los efectos, y causa y efecto deben ser siempre iguales; el tren de la causalidad, tanto en la materia como en la mente, debe estar eternamente equilibrado, por lo tanto eternamente justo, eternamente perfecto. De este modo, puede decirse que cada efecto es una cosa predestinada, pero el poder predeterminante es una causa, y no el fiat de una voluntad arbitraria.

El hombre se encuentra envuelto en el tren de la causalidad. Su vida se compone de causas y efectos. Es a la vez siembra y cosecha. Cada acto suyo es una causa que debe equilibrarse con sus efectos. Él elige la causa (esto es el libre albedrío), no puede elegir, alterar o evitar el efecto (esto es el destino); así, el libre albedrío representa el poder de iniciar las causas, y el destino es la implicación en los efectos.

Por lo tanto, es cierto que el hombre está predestinado a ciertos fines, pero él mismo (aunque no lo sabe) ha emitido el mandato; esa cosa buena o mala de la que no hay escapatoria, él, por sus propios actos, la ha provocado.

Aquí puede alegarse que el hombre no es responsable de sus actos, que éstos son efectos de su carácter, y que no es responsable del carácter, bueno o malo, que le fue dado al nacer. Si el carácter le fuera "dado" al nacer, esto sería cierto, y entonces no habría ley moral ni necesidad de enseñanza moral; pero los caracteres no se dan hechos, sino que evolucionan; son, en efecto, efectos, productos de la propia ley moral, es decir, productos de las obras. El carácter es el resultado de una acumulación de actos que el individuo ha ido acumulando, por así decirlo, a lo largo de su vida.

El hombre es el hacedor de sus propios actos; como tal, es el forjador de su propio carácter; y como hacedor de sus actos y forjador de su carácter, es

el moldeador y formador de su destino. Tiene el poder de modificar y alterar sus actos, y cada vez que actúa modifica su carácter, y con la modificación de su carácter para bien o para mal, está predeterminando para sí mismo nuevos destinos, destinos desastrosos o benéficos de acuerdo con la naturaleza de sus actos. El carácter es el destino mismo; como combinación fija de actos, lleva en sí mismo los resultados de esos actos. Estos resultados yacen ocultos como semillas morales en los oscuros recovecos del carácter, esperando su estación de germinación, crecimiento y fructificación.

Aquellas cosas que le suceden a un hombre son el reflejo de sí mismo; aquel destino que le perseguía, del que era incapaz de escapar mediante el esfuerzo, o de evitarlo mediante la oración, era el implacable demonio de sus propias malas acciones exigiendo e imponiendo restitución; aquellas bendiciones y maldiciones que le llegan sin ser solicitadas son los ecos reverberantes de los sonidos que él mismo emitió.

Es este conocimiento de la Ley Perfecta que obra a través y por encima de todas las cosas; de la Justicia Perfecta que opera en y ajusta todos los asuntos humanos, lo que permite al hombre bueno amar a sus enemigos, y elevarse por encima de todo odio, resentimiento y queja; porque sabe que sólo los suyos pueden venir a él, y que, aunque esté rodeado de perseguidores, sus enemigos no son más que los instrumentos ciegos de una retribución impecable; y así no los culpa, sino que tranquilamente recibe sus cuentas, y pacientemente paga sus deudas morales.

Pero esto no es todo; no se limita a pagar sus deudas, sino que se cuida de no contraer más deudas. Se vigila a sí mismo y hace que sus actos sean intachables. Mientras paga las cuentas malas, va acumulando las buenas. Al poner fin a su propio pecado, pone fin al mal y al sufrimiento.

Y ahora consideremos cómo opera la Ley en instancias particulares en la realización del destino a través de las obras y el carácter. En primer lugar, examinaremos la vida presente, porque el presente es la síntesis de todo el pasado; el resultado neto de todo lo que un hombre ha pensado y hecho está contenido en él. Es notable que a veces el hombre bueno fracasa y el hombre sin escrúpulos prospera -un hecho que parece poner todas las máximas morales en cuanto a los buenos resultados de la rectitud fuera de cuenta- y debido a esto, muchas personas niegan la operación de cualquier ley justa

en la vida humana, e incluso declaran que son principalmente los injustos los que prosperan.

Sin embargo, la ley moral existe, y no es alterada ni subvertida por conclusiones superficiales. Debe recordarse que el hombre es un ser cambiante y evolutivo. El hombre bueno no siempre fue bueno; el hombre malo no siempre fue malo. Incluso en esta vida, hubo un tiempo, en un gran número de casos, en que el hombre que ahora es justo, fue injusto; en que el que ahora es bondadoso, fue cruel; en que el que ahora es puro, fue impuro.

A la inversa, hubo un tiempo en esta vida, en un gran número de casos, cuando el que ahora es injusto, era justo; cuando el que ahora es cruel, era amable; cuando el que ahora es impuro, era puro. Así, el hombre bueno que hoy se ve sorprendido por la calamidad está cosechando el resultado de su anterior siembra de maldad; más tarde cosechará el feliz resultado de su actual siembra de bondad; mientras que el hombre malo está cosechando ahora el resultado de su anterior siembra de bondad; más tarde cosechará el resultado de su actual siembra de maldad.

Las características son hábitos mentales fijos, los resultados de los actos. Un acto repetido un gran número de veces se vuelve inconsciente o automático, es decir, parece repetirse sin ningún esfuerzo por parte de quien lo hace, de modo que le parece casi imposible no hacerlo, y entonces se ha convertido en una característica mental.

He aquí un pobre hombre sin trabajo. Es honesto y no rehúye el trabajo. Quiere trabajar y no lo consigue. Se esfuerza y sigue fracasando. ¿Dónde está la justicia en su suerte? Hubo un tiempo en que este hombre tenía mucho trabajo. Se sentía agobiado por él; lo eludía y anhelaba la facilidad. Pensaba en lo agradable que sería no tener nada que hacer.

No apreciaba la bendición de su suerte. Su deseo de holgura se ve ahora satisfecho, pero el fruto que anhelaba y que creía tan dulce, se ha convertido en cenizas en su boca. Ha alcanzado la condición que deseaba, es decir, no tener nada que hacer, y allí se ve obligado a permanecer hasta que haya aprendido completamente la lección.

Y seguramente está aprendiendo que la facilidad habitual es degradante, que no tener nada que hacer es una condición de miseria, y que el trabajo es algo noble y bendito. Sus deseos y acciones anteriores le han llevado a don-

de está; y ahora su actual deseo de trabajar, su incesante búsqueda y petición de ello, traerá con la misma seguridad su propio resultado benéfico. No deseando más la ociosidad, su condición actual, como un efecto, cuya causa ya no se propaga, pronto desaparecerá, y obtendrá empleo; y si toda su mente está ahora puesta en el trabajo, y lo desea por encima de todo, entonces cuando llegue se verá abrumado por él; fluirá hacia él desde todos los lados, y prosperará en su industria.

Entonces, si no comprende la ley de causa y efecto en la vida humana, se preguntará por qué el trabajo le llega aparentemente sin buscarlo, mientras que otros que lo buscan denodadamente no lo consiguen. Nada llega de improviso; donde está la sombra, allí está también la sustancia. Lo que llega al individuo es el producto de sus propios actos.

Así como la industria alegre conduce a una mayor industria y a una prosperidad creciente, y el trabajo eludido o emprendido con descontento conduce a un menor grado de trabajo y a una prosperidad decreciente, así sucede con todas las variadas condiciones de la vida tal como las vemos: son los destinos forjados por los pensamientos y las acciones de cada individuo en particular. Lo mismo ocurre con la gran variedad de caracteres, que son la maduración y el crecimiento maduro de la siembra de las acciones.

Así como el individuo cosecha lo que siembra, la nación, al ser una comunidad de individuos, cosecha también lo que siembra. Las naciones se engrandecen cuando sus líderes son hombres justos; caen y se desvanecen cuando sus hombres justos fallecen. Los que están en el poder dan ejemplo, bueno o malo, a toda la nación.

Grande será la paz y la prosperidad de una nación cuando surja en ella una línea de estadistas que, habiéndose establecido primero en una elevada integridad de carácter, dirijan las energías de la nación hacia el cultivo de la virtud y el desarrollo del carácter, sabiendo que sólo a través de la industria personal, la integridad y la nobleza puede proceder la prosperidad nacional.

Sin embargo, por encima de todo, está la Gran Ley, que con calma y con infalible justicia reparte a los mortales sus destinos fugaces, manchados de lágrimas o de sonrisas, el tejido de sus manos. La vida es una gran escuela para el desarrollo del carácter, y todos, a través de la lucha y la lucha, el vicio y la virtud, el éxito y el fracaso, están aprendiendo lenta pero seguramente las lecciones de la sabiduría.

2. LA CIENCIA DEL AUTOCONTROL

Vivimos en una era científica. Los hombres de ciencia se cuentan por miles, y están incesantemente buscando, analizando y experimentando con miras al descubrimiento y al aumento del conocimiento.

Las estanterías de nuestras bibliotecas, tanto públicas como privadas, están repletas de imponentes volúmenes sobre temas científicos, y los maravillosos logros de la ciencia moderna están siempre ante nosotros, ya sea en nuestros hogares o en nuestras calles, en el campo o en la ciudad, en la tierra o en el mar, tendremos ante nosotros algún maravilloso dispositivo, algún logro reciente de la ciencia, para aumentar nuestra comodidad, aumentar nuestra velocidad o ahorrar el trabajo de nuestras manos.

Sin embargo, con todo nuestro vasto acervo de conocimientos científicos y sus sorprendentes y rápidamente crecientes resultados en el mundo de los descubrimientos y las invenciones, hay, en esta época, una rama de la ciencia que ha decaído tanto que casi ha caído en el olvido; una ciencia, no obstante, que es de mayor importancia que todas las demás ciencias juntas, y sin la cual toda ciencia no haría sino servir a los fines del egoísmo y ayudar a la destrucción del hombre; me refiero a la ciencia del dominio de sí mismo.

Nuestros científicos modernos estudian los elementos y fuerzas que están fuera de ellos mismos, con el objeto de controlarlos y utilizarlos. Los antiguos estudiaban los elementos y las fuerzas que estaban dentro de ellos mismos, con el fin de controlarlos y utilizarlos, y los antiguos produjeron tan poderosos Maestros del conocimiento en esta dirección, que hasta el día de

hoy son venerados como dioses, y las vastas organizaciones religiosas del mundo se basan en sus logros.

Por maravillosas que sean las fuerzas de la naturaleza, son muy inferiores a la combinación de fuerzas inteligentes que constituyen la mente del hombre y que dominan y dirigen las fuerzas mecánicas ciegas de la naturaleza. Por lo tanto, se deduce que, para comprender, controlar y dirigir las fuerzas internas de la pasión, el deseo, la voluntad y el intelecto, es estar en posesión de los destinos de los hombres y las naciones.

Como en la ciencia ordinaria, hay, en esta ciencia divina, grados de logro; y un hombre es grande en conocimiento, grande en sí mismo, y grande en su influencia sobre el mundo, en la medida en que es grande en autocontrol.

Aquel que comprende y domina las fuerzas de la naturaleza externa es el científico natural; pero aquel que comprende y domina las fuerzas internas de la mente es el científico divino; y las leyes que operan al obtener un conocimiento de las apariencias externas, operan también al obtener un conocimiento de las variedades internas.

Un hombre no puede convertirse en un científico consumado en unas pocas semanas o meses, es más, ni siquiera en unos pocos años. Pero sólo después de muchos años de meticulosa investigación puede hablar con autoridad y figurar entre los maestros de la ciencia. Del mismo modo, un hombre no puede adquirir el dominio de sí mismo, y llegar a poseer la sabiduría y la paz que da el conocimiento que confiere el dominio de sí mismo, sino por muchos años de trabajo paciente; un trabajo que es aún más arduo porque es silencioso, y no es reconocido ni apreciado por los demás; y el que quiere seguir esta ciencia con éxito debe aprender a estar solo, y a trabajar sin recompensa, en lo que se refiere a cualquier emolumento externo.

El científico natural sigue, en la adquisición de su tipo particular de conocimiento, los siguientes cinco pasos ordenados y secuenciales:

1. Observación: es decir, observa atenta y persistentemente los hechos de la naturaleza.
2. Experimentación: Habiéndose familiarizado, mediante repetidas observaciones, con ciertos hechos, experimenta con esos hechos, con vistas al descubrimiento de las leyes naturales. Somete sus hechos a rígidos procesos

de análisis, y así descubre lo que es inútil y lo que tiene valor; y rechaza lo primero y retiene lo segundo.

3. Clasificación: Después de haber acumulado y verificado una masa de hechos mediante innumerables observaciones y experimentos, comienza a clasificar esos hechos, a ordenarlos en grupos con el objeto de descubrir alguna ley subyacente, algún principio oculto y unificador, que gobierne, regule y una esos hechos.

4. La deducción: Se pasa así a la cuarta etapa de la deducción. A partir de los hechos y resultados que tiene ante sí, descubre ciertos modos invariables de acción y revela así las leyes ocultas de las cosas.

5. El conocimiento: Habiendo demostrado y establecido ciertas leyes, se puede decir de un hombre así que sabe. Es un científico, un hombre de conocimiento.

Pero el logro del conocimiento científico no es el fin, por grande que sea. Los hombres no alcanzan el conocimiento sólo para sí mismos, ni para guardarlo en secreto en sus corazones, como una hermosa joya en un cofre oscuro. El fin de tal conocimiento es el uso, el servicio, el aumento de la comodidad y la felicidad del mundo. Así, cuando un hombre se ha convertido en científico, da al mundo el beneficio de su conocimiento, y desinteresadamente otorga a la humanidad los resultados de todos sus trabajos.

Por lo tanto, más allá del conocimiento, hay otro paso de la Utilización: es decir, el uso correcto y desinteresado del conocimiento adquirido; la aplicación del conocimiento a la invención para el bien común.

Se observará que los cinco pasos o procesos enumerados siguen una sucesión ordenada, y que ningún hombre puede convertirse en científico si omite alguno de ellos. Sin el primer paso de la observación sistemática, por ejemplo, ni siquiera podría entrar en el reino del conocimiento de los secretos de la naturaleza.

Al principio, el buscador de tal conocimiento tiene ante sí un universo de cosas: estas cosas no las entiende; muchas de ellas, de hecho, parecen estar irreconciliablemente opuestas unas a otras, y hay una aparente confusión; pero siguiendo paciente y laboriosamente estos cinco procesos, descubre el orden, la naturaleza y las esencias de las cosas; percibe la ley o leyes centra-

les que las unen en una relación armoniosa, y así pone fin a la confusión y la ignorancia.

Al igual que el científico natural, el científico divino debe seguir, con la misma diligencia abnegada, cinco pasos progresivos para alcanzar el autoconocimiento, el autodomínio. Estos cinco pasos son los mismos que los del científico natural, pero el proceso se invierte, la mente, en lugar de centrarse en las cosas externas, se vuelve sobre sí misma, y las investigaciones se llevan a cabo en el reino de la mente (de la propia mente) en lugar de en el de la materia.

Al principio, el buscador del conocimiento divino se enfrenta a esa masa de deseos, pasiones, emociones, ideas e intelectos que se llama a sí mismo, que es la base de todas sus acciones y de la que procede su vida.

Esta combinación de fuerzas invisibles, pero poderosas, aparece confusamente;

Algunas de ellas están, aparentemente, en conflicto directo entre sí, sin ninguna apariencia o esperanza de reconciliación; su mente en su totalidad, también, con su vida que procede de esa mente, no parece tener ninguna relación equitativa con muchas otras mentes y vidas a su alrededor, y en conjunto hay una condición de dolor y confusión de la que le gustaría escapar.

Así, comienza por darse cuenta agudamente de su estado de ignorancia, porque nadie podría adquirir conocimiento natural o divino, si estuviera convencido de que sin estudio o trabajo ya lo posee.

Con tal percepción de la propia ignorancia, viene el deseo de conocimiento, y el novicio en auto-control entra en el camino ascendente, en el cual están los siguientes cinco pasos:

1. Introspección. Esto coincide con la observación del científico natural. El ojo mental se vuelve como un reflector sobre las cosas internas de la mente, y sus procesos sutiles y siempre variables son observados y cuidadosamente anotados. Este apartarse de las gratificaciones egoístas, de las excitaciones de los placeres y ambiciones mundanos, para observar, con el objeto de comprender, la propia naturaleza, es el comienzo del autocontrol. Hasta entonces, el hombre se ha dejado llevar ciega e impotentemente por los impulsos de su naturaleza, mera criatura de las cosas y de las circunstan-

cias, pero ahora pone freno a sus impulsos y, en lugar de ser controlado, comienza a controlar.

2. Autoanálisis. Una vez observadas las tendencias de la mente, se las examina de cerca y se las somete a un rígido proceso de análisis. Las malas tendencias (las que producen efectos dolorosos) se separan de las buenas tendencias (las que producen efectos pacíficos); y las diversas tendencias, con las acciones particulares que producen, y los resultados definidos que invariablemente surgen de estas acciones, son gradualmente captadas por el entendimiento, que por fin es capaz de seguirlas en su rápida y sutil interacción y profundas ramificaciones. Es un proceso de prueba y comprobación y, para el buscador, un período de ser probado y comprobado.

3. Ajuste. En este momento, el estudiante práctico de las cosas divinas tiene claramente ante sí cada tendencia y aspecto de su naturaleza, hasta los impulsos más profundos de su mente y los motivos más sutiles de su corazón. No queda un punto o rincón que no haya explorado e iluminado con la luz del autoexamen.

Conoce cada punto débil y egoísta, cada cualidad fuerte y virtuosa. Se considera el colmo de la sabiduría ser capaz de vernos a nosotros mismos como nos ven los demás, pero el practicante del autocontrol va mucho más allá: no sólo se ve a sí mismo como le ven los demás, sino que se ve tal como es. Así, estando cara a cara consigo mismo, sin esforzarse por ocultar ninguna falta secreta; sin defenderse ya con halagos agradables; sin infravalorarse ni sobrevalorarse a sí mismo ni a sus poderes, y sin maldecirse más con autoalabanzas o autocompasión, ve la magnitud total de la tarea que tiene ante sí; ve muy lejos las alturas del dominio de sí mismo, y sabe qué trabajo tiene que hacer para alcanzarlas.

Ya no está en un estado de confusión, sino que ha vislumbrado las leyes que operan en el mundo del pensamiento, y ahora comienza a ajustar su mente de acuerdo con esas leyes. Se trata de un proceso de escarda, criba y limpieza. Así como el agricultor escarda, limpia y prepara el terreno para sus cosechas, así el estudiante quita las malas hierbas de su mente, la limpia y purifica preparándola para sembrar las semillas de acciones rectas que producirán la cosecha de una vida bien ordenada.

4. Rectitud. Habiendo ajustado sus pensamientos y acciones a esas leyes menores que operan en las actividades mentales en la producción de dolor y

placer, intranquilidad y paz, tristeza y dicha, ahora percibe que hay implicada en esas leyes una Gran Ley Central que, como la ley de gravitación en el mundo natural, es suprema en el mundo de la mente; una ley a la que todos los pensamientos y acciones están subordinados, y por la cual son regulados y mantenidos en su esfera apropiada.

Esta es la ley de la Justicia o Rectitud, que es universal y suprema. A esta ley se ajusta ahora. En lugar de pensar y actuar ciegamente, como la naturaleza es estimulada y apelada por las cosas externas, subordina sus pensamientos y acciones a este principio central. Ya no actúa desde sí mismo, sino que hace lo que es correcto, lo que es universal y eternamente correcto. Ya no es el esclavo abyecto de su naturaleza y circunstancias, es el amo de su naturaleza y circunstancias.

Ya no es llevado de aquí para allá por las fuerzas de su mente, sino que controla y guía esas fuerzas para la realización de sus propósitos. Así, teniendo su naturaleza bajo control y sujeción, no pensando pensamientos ni realizando acciones que se opongan a la ley justa, y que, por lo tanto, esa ley anula con sufrimiento y derrota, se eleva por encima del dominio del pecado y la tristeza, la ignorancia y la duda, y es fuerte, tranquilo y pacífico.

5. Conocimiento puro. Pensando rectamente y actuando rectamente, prueba, por experiencia, la existencia de la ley divina en la que se enmarca la mente, y que es el principio rector y unificador de todos los asuntos y acontecimientos humanos, ya sean individuales o nacionales. Así, perfeccionándose en el dominio de sí mismo, adquiere el conocimiento divino; llega al punto en que puede decirse de él, como del científico natural, que sabe.

Ha dominado la ciencia del autocontrol, y ha sacado conocimiento de la ignorancia, orden de la confusión. Ha adquirido ese conocimiento de sí mismo que incluye el conocimiento de todos los hombres; ese conocimiento de la propia vida que abarca el conocimiento de todas las vidas - ya que todas las mentes son iguales en esencia (diferiendo sólo en grado), están enmarcadas en la misma ley; y los mismos pensamientos y actos, cualquiera que sea el individuo que los realice, siempre producirán los mismos resultados.

Pero este conocimiento divino que otorga la paz, como en el caso del científico natural, no se obtiene sólo para uno mismo; porque si así fuera, el objetivo de la evolución se vería frustrado, y no está en la naturaleza de las

cosas quedarse cortas en la maduración y el logro; y, de hecho, el que pensara obtener este conocimiento sólo para su propia felicidad fracasaría con toda seguridad.

Así, más allá del quinto escalón del Conocimiento Puro, hay otro de Sabiduría, que es la aplicación correcta del conocimiento adquirido; el derramar sobre el mundo, desinteresadamente y sin escatimar, el resultado de los propios trabajos, acelerando así el progreso y elevando a la humanidad.

Se puede decir de los hombres que no han vuelto a su propia naturaleza para controlarla y purificarla, que no pueden distinguir claramente entre el bien y el mal, lo correcto y lo incorrecto. Persiguen lo que creen que les dará placer y tratan de evitar lo que creen que les causará dolor.

La fuente de sus acciones es el yo, y sólo descubren el bien de forma dolorosa y fragmentaria, pasando periódicamente por severos sufrimientos y latigazos de conciencia. Pero el que practica el dominio de sí mismo, pasando por los cinco procesos, que son cinco etapas de crecimiento, adquiere ese conocimiento que le permite actuar a partir de la ley moral que sustenta el universo. Conoce el bien y el mal, lo correcto y lo incorrecto, y, conociéndolos así, vive de acuerdo con el bien y lo correcto. Ya no necesita considerar lo que es agradable o desagradable, sino que hace lo que es correcto; su naturaleza está en armonía con su conciencia, y no hay remordimiento; su mente está al unísono con la Gran Ley, y ya no hay sufrimiento ni pecado; para él el mal ha terminado, y el bien es todo en todo.

3. CAUSA Y EFECTO EN LA CONDUCTA HUMANA

Es un axioma para los científicos que todo efecto está relacionado con una causa. Aplíquese esto al ámbito de la conducta humana, y se revela el principio de la Justicia.

Todo científico sabe (y ahora todos los hombres creen) que la armonía perfecta prevalece en cada porción del universo físico, desde la mota de polvo hasta el más grande sol. En todas partes hay un ajuste exquisito. En el universo sideral, con sus millones de soles rodando majestuosamente por el espacio y llevando consigo sus respectivos sistemas de planetas giratorios, su vasta nebulosa, sus mares de meteoritos y su vasto ejército de cometas viajando a través del espacio ilimitable con una velocidad inconcebible, prevalece el orden perfecto; Y, de nuevo, en el mundo natural, con sus multitudinarios aspectos de la vida y su infinita variedad de formas, existen los límites claramente definidos de leyes específicas, mediante la operación de las cuales se evita toda confusión y se obtiene eternamente la unidad y la armonía.

Si esta armonía universal pudiera romperse arbitrariamente, incluso en un pequeño detalle, el universo dejaría de ser; no podría haber cosmos, sino sólo caos universal. Tampoco puede ser posible en tal universo de ley que exista ningún poder personal que esté por encima, fuera y sea superior a tal ley en el sentido de que pueda desafiarla o dejarla de lado; porque cualesquiera que sean los seres que existen, ya sean hombres o dioses, existen en virtud de tal ley; y el más alto, mejor y más sabio entre todos los seres ma-

nifestaría su mayor sabiduría por su más completa obediencia a esa ley que es más sabia que la sabiduría, y que nada más perfecto podría concebirse.

Todas las cosas, ya sean visibles o invisibles, están subordinadas a esta ley infinita y eterna de causalidad y caen dentro de su ámbito. Así como todas las cosas visibles la obedecen, todas las cosas invisibles -los pensamientos y las acciones de los hombres, ya sean secretos o abiertos- no pueden escapar a ella.

"Haz el bien, se recompensa; haz un mal, igual retribución debe hacerse".

La justicia perfecta sostiene el universo; la justicia perfecta regula la vida y la conducta humanas. Todas las condiciones variables de la vida, tal como se dan en el mundo actual, son el resultado de esta ley que reacciona sobre la conducta humana. El hombre puede (y de hecho lo hace) elegir las causas que va a poner en funcionamiento, pero no puede cambiar la naturaleza de los efectos; puede decidir qué pensamientos va a pensar y qué obras va a hacer, pero no tiene poder sobre los resultados de esos pensamientos y obras; éstos están regulados por la ley imperante.

El hombre tiene todo el poder para actuar, pero su poder termina con el acto cometido. El resultado del acto no puede ser alterado, anulado o evadido; es irrevocable. Los malos pensamientos y actos producen condiciones de sufrimiento; los buenos pensamientos y actos determinan condiciones de bienaventuranza. Así, el poder del hombre está limitado a, y su bienaventuranza o miseria está determinada por su propia conducta. Conocer esta verdad, hace que la vida sea simple, llana e inconfundible; todos los caminos torcidos se enderezan, las alturas de la sabiduría se revelan, y la puerta abierta a la salvación del mal y del sufrimiento se percibe y se entra en ella.

La vida puede compararse a una suma aritmética. Es desconcertantemente difícil y compleja para el alumno que aún no ha captado la clave de su correcta solución, pero una vez que la ha percibido y se ha apoderado de ella, se vuelve tan asombrosamente simple como antes era profundamente desconcertante. Se puede tener una idea de esta relativa simplicidad y complejidad de la vida reconociendo y comprendiendo plenamente el hecho de que, si bien hay decenas, y tal vez cientos, de maneras en que una suma puede hacerse mal, sólo hay una manera en que puede hacerse bien, y que cuando se encuentra esa manera correcta, el alumno sabe que es la correcta; su perplejidad se desvanece, y sabe que ha dominado el problema.

Es cierto que el alumno, mientras hace su suma incorrectamente, puede (y frecuentemente lo hace) pensar que lo ha hecho correctamente, pero no está seguro; su perplejidad sigue ahí, y si es un alumno serio y apto, reconocerá su propio error cuando se lo señale el maestro. Así en la vida, los hombres pueden pensar que viven correctamente mientras continúan, por ignorancia, viviendo mal; pero la presencia de la duda, la perplejidad y la infelicidad son indicaciones seguras de que aún no se ha encontrado el camino correcto.

Hay alumnos tontos y descuidados que quisieran pasar una suma como correcta antes de haber adquirido un verdadero conocimiento de las cifras, pero el ojo y la habilidad del maestro detectan y exponen rápidamente la falacia. Así en la vida no puede haber falsificación de resultados; el ojo de la Gran Ley revela y expone. Dos veces cinco serán diez por toda la eternidad, y ninguna cantidad de ignorancia, estupidez o engaño puede elevar el resultado a once.

Si uno mira superficialmente un trozo de tela, lo ve como un trozo de tela, pero si va más allá e indaga en su fabricación, y lo examina de cerca y con atención, ve que está compuesto de una combinación de hilos individuales, y que, aunque todos los hilos son interdependientes, cada hilo sigue su propio camino en todo momento, sin confundirse nunca con su hilo hermano. Es esta ausencia total de confusión entre los hilos particulares lo que hace que la obra acabada sea un trozo de tela; cualquier mezcla inarmónica de los hilos daría como resultado un manojo de desperdicios o un trapo inútil.

La vida es como una pieza de tela, y los hilos que la componen son vidas individuales. Los hilos, aunque interdependientes, no se confunden entre sí. Cada uno sigue su propio curso. Cada individuo sufre y disfruta las consecuencias de sus propios actos, y no de los actos de otro. El curso de cada uno es simple y definido; el conjunto forma una complicada, pero armoniosa, combinación de secuencias. Hay acción y reacción, hecho y consecuencia, causa y efecto, y la reacción, la consecuencia y el efecto compensatorios están siempre en proporción exacta con el impulso iniciador.

Una pieza de tela duradera y satisfactoria no puede estar hecha de un material de mala calidad, y los hilos de pensamientos egoístas y malas acciones no producirán una vida útil y hermosa - una vida que se desgaste bien, y

que soporte una inspección minuciosa. Cada hombre hace o estropea su propia vida; no la hace ni la estropea su prójimo, ni nada externo a él. Cada pensamiento que tiene, cada acto que hace, es otro hilo -de mala calidad o genuino- tejido en el vestido de su vida; y así como él hace el vestido, así debe usarlo. No es responsable de los actos de su prójimo; no es el guardián de las acciones de su prójimo; sólo es responsable de sus propios actos; es el guardián de sus propias acciones.

El "problema del mal" subsiste en las propias malas acciones del hombre, y se resuelve cuando esas acciones son purificadas. Dice Rousseau:

"Hombre, no busques más el origen del mal; tú mismo eres su origen".

El efecto nunca puede divorciarse de la causa; nunca puede ser de naturaleza distinta de la causa. Emerson dice:

"La justicia no se pospone; una equidad perfecta ajusta el equilibrio en todas las partes de la vida".

Y hay un sentido profundo en el que causa y efecto son simultáneos, y forman un todo perfecto. Así, en el instante en que un hombre piensa, digamos, un pensamiento cruel, o hace un acto cruel, en ese mismo instante ha herido su propia mente; no es el mismo hombre que era en el instante anterior; es un poco más vil y un poco más infeliz; y un número de tales pensamientos y actos sucesivos produciría un hombre cruel y desdichado. Lo mismo se aplica a lo contrario - el pensamiento de un pensamiento bondadoso, o hacer una acción bondadosa - una nobleza inmediata y la felicidad lo acompañan; el hombre es mejor de lo que era antes, y un número de tales acciones produciría un alma grande y dichosa.

Así, la conducta humana individual determina, por la impecable ley de causa y efecto, el mérito o demérito individual, la grandeza o mezquindad individual, la felicidad o desdicha individual. Lo que un hombre piensa, eso hace; lo que hace, eso es. Si está perplejo, infeliz, inquieto o desdichado, que se mire a sí mismo, porque allí y en ninguna otra parte está la fuente de todos sus problemas.

4. EL ENTRENAMIENTO DE LA VOLUNTAD

El cultivo de la firmeza y estabilidad de carácter que comúnmente se denomina "fuerza de voluntad" es uno de los principales deberes del hombre, ya que su posesión es esencialmente necesaria para su bienestar temporal y eterno. La firmeza de propósito está en la raíz de todos los esfuerzos exitosos, ya sea en las cosas mundanas o espirituales, y sin ella el hombre no puede ser más que desdichado, y dependiente de otros para el apoyo que debería encontrarse dentro de sí mismo.

El misterio que ha sido arrojado alrededor del tema del cultivo de la voluntad por aquellos que anuncian vender "consejos ocultos" sobre el asunto por tantos dólares, debe ser evitado y disipado, porque nada podría estar más alejado del secreto y el misterio que los métodos prácticos por los cuales sólo la fuerza de voluntad puede ser desarrollada.

El verdadero camino del cultivo de la voluntad sólo se encuentra en la vida cotidiana común del individuo, y es tan obvio y sencillo que la mayoría, buscando algo complicado y misterioso, lo pasa por alto.

Un poco de pensamiento lógico pronto convencerá a un hombre de que no puede ser débil y fuerte al mismo tiempo, que no puede desarrollar una voluntad más fuerte mientras sigue siendo esclavo de indulgencias débiles, y que, por lo tanto, el camino directo y único hacia esa mayor fuerza es asaltar y conquistar sus debilidades. Todos los medios para el cultivo de la voluntad están ya a mano en la mente y en la vida del individuo; residen en

el lado débil de su carácter, atacando y venciendo el cual se desarrollará la necesaria fuerza de voluntad. Quien haya logrado captar esta verdad simple y preliminar, percibirá que toda la ciencia del cultivo de la voluntad se encarna en las siete reglas siguientes:

1. Romper con los malos hábitos.
2. Formar buenos hábitos.
3. Prestar escrupulosa atención al deber del momento presente.
4. Haz enérgicamente, y de inmediato, lo que haya que hacer.
5. Vive según las reglas.
6. Controla la lengua.
7. Controlar la mente.

Cualquiera que medite seriamente y practique diligentemente las reglas anteriores, no dejará de desarrollar la pureza de propósito y el poder de voluntad que le permitirán hacer frente con éxito a todas las dificultades y atravesar triunfalmente todas las emergencias.

Se verá que el primer paso es romper con los malos hábitos. No es tarea fácil. Exige grandes esfuerzos, o una sucesión de esfuerzos, y es por medio de tales esfuerzos que la voluntad puede ser vigorizada y fortificada. Si uno se niega a dar el primer paso, no puede aumentar su fuerza de voluntad, porque al someterse a un mal hábito, debido al placer inmediato que proporciona, uno pierde el derecho a gobernarse a sí mismo, y es hasta ahora un esclavo débil. Quien evita así la autodisciplina y busca "secretos ocultos" para ganar fuerza de voluntad con poco o ningún esfuerzo, se engaña a sí mismo y debilita la fuerza de voluntad que ya posee.

El aumento de la fuerza de voluntad que se obtiene al vencer los malos hábitos permite iniciar los buenos hábitos; porque, mientras que vencer un mal hábito sólo requiere fuerza de voluntad, crear uno nuevo requiere una dirección inteligente de la voluntad. Para ello, un hombre debe ser mentalmente activo y enérgico, y debe mantener una vigilancia constante sobre sí mismo. A medida que un hombre logra perfeccionarse en la segunda regla, no le será muy difícil observar la tercera, la de prestar escrupulosa atención al deber del momento presente.

La minuciosidad es un paso ineludible en el desarrollo de la voluntad. La negligencia es señal de debilidad. Se debe aspirar a la perfección, incluso en la tarea más pequeña. No dividiendo la mente, sino prestando toda la atención a cada tarea por separado, tal como se presenta, se adquiere gradualmente la unicidad de propósito y la intensa concentración de la mente, dos poderes mentales que dan peso y valor al carácter, y traen reposo y alegría a su poseedor.

La cuarta regla -la de hacer vigorosamente, y de inmediato, lo que haya que hacer- es igualmente importante. La ociosidad y una voluntad fuerte no pueden ir juntas, y la dilación es una barrera total para la adquisición de una acción resuelta. No hay que "dejar" nada para otro momento, ni siquiera unos minutos. Lo que debe hacerse ahora, debe hacerse ahora. Esto parece poca cosa, pero tiene una gran importancia. Conduce a la fuerza, al éxito y a la paz.

El hombre que ha de manifestar una voluntad cultivada debe también vivir según ciertas reglas fijas. No debe gratificar ciegamente sus pasiones e impulsos, sino que debe educarlos en la obediencia. Debe vivir según principios y no según pasiones.

Debe decidir qué comerá, beberá y vestirá, y qué no comerá, beberá ni vestirá; cuántas comidas hará al día, y a qué horas las hará; a qué hora se acostará, y a qué hora se levantará. Debe establecer reglas para el correcto gobierno de su conducta en cada departamento de su vida, y debe adherirse religiosamente a ellas. Vivir libre e indiscriminadamente, comiendo y bebiendo y complaciéndose sensualmente a la llamada del apetito y la inclinación, es ser un mero animal, y no un hombre con voluntad y razón.

La bestia en el hombre debe ser azotada y disciplinada y sometida, y esto sólo puede hacerse entrenando la mente y la vida en ciertas reglas fijas de conducta correcta. El santo alcanza la santidad no violando sus votos, y el hombre que vive según reglas buenas y fijas, es fuerte para cumplir su propósito.

La sexta regla, la del control de la lengua, debe ser practicada hasta que uno tenga perfecto dominio de su habla, de modo que no pronuncie nada con malhumor, ira, irritabilidad o con mala intención. El hombre de voluntad fuerte no permite que su lengua corra irreflexivamente y sin freno.

Todas estas seis reglas, si se practican fielmente, conducirán a la séptima, que es la más importante de todas: controlar correctamente la mente. El dominio de sí mismo es la cosa más esencial de la vida, y sin embargo la menos comprendida; pero el que pacientemente practique las reglas aquí expuestas, poniéndolas en práctica en todos sus caminos y empresas, aprenderá, por su propia experiencia y esfuerzos, a controlar y entrenar su mente, y a ganar con ello la corona suprema de la hombría: la corona de una voluntad perfectamente equilibrada.

5. MINUCIOSIDAD

La meticulosidad consiste en hacer las cosas pequeñas como si fueran las más grandes del mundo. Que las pequeñas cosas de la vida son de primordial importancia, es una verdad que generalmente no se comprende, y el pensamiento de que las pequeñas cosas pueden ser descuidadas, dejadas de lado, o desatendidas, es la raíz de esa falta de meticulosidad que es tan común, y que resulta en un trabajo imperfecto y en vidas infelices.

Cuando uno comprende que las grandes cosas del mundo y de la vida consisten en una combinación de pequeñas cosas, y que sin esta agregación de pequeñas cosas las grandes cosas no existirían, entonces comienza a prestar cuidadosa atención a aquellas cosas que antes consideraba insignificantes. Así adquiere la cualidad de la minuciosidad, y se convierte en un hombre útil e influyente; porque la posesión o no posesión de esta cualidad puede significar toda la diferencia entre una vida de paz y poder, y una de miseria y debilidad.

Todo empleador de mano de obra sabe cuán rara es esta cualidad, cuán difícil es encontrar hombres y mujeres que pongan pensamiento y energía en su trabajo, y lo hagan completa y satisfactoriamente. Abunda la mala mano de obra. La habilidad y la excelencia son adquiridas por pocos. La irreflexión, el descuido y la pereza son vicios tan comunes que debería dejar de parecer extraño que, a pesar de la "reforma social", las filas de los desempleados sigan engrosándose, ya que los que malgastan su trabajo hoy, otro día, en la hora de profunda necesidad, buscarán y pedirán trabajo en vano.

La ley de la supervivencia del más fuerte no se basa en la crueldad, sino en la justicia: es un aspecto de esa equidad divina que prevalece en todas partes. El vicio es "golpeado con muchos azotes"; si no fuera así, ¿cómo podría desarrollarse la virtud? El irreflexivo y el perezoso no pueden prevalecer sobre el reflexivo y laborioso, ni estar en pie de igualdad con ellos. Un amigo mío me cuenta que su padre daba a todos sus hijos el siguiente consejo:

"Cualquiera que sea vuestro trabajo futuro, poned toda vuestra mente en él y hacedlo a conciencia; entonces no tendréis que temer por vuestro bienestar, porque hay tantos descuidados y negligentes que los servicios del hombre minucioso están siempre en demanda."

Conozco a quienes durante años han tratado casi en vano de conseguir mano de obra competente en esferas que no requieren una habilidad excepcional, pero que exigen principalmente previsión, energía y un cuidado concienzudo. Han despedido a uno tras otro por negligencia, pereza, incompetencia e incumplimiento persistente del deber, por no mencionar otros vicios que no tienen relación con este tema; sin embargo, el vasto ejército de desempleados sigue clamando contra las leyes, contra la sociedad y contra el Cielo.

La causa de esta común falta de rigor no está lejos de buscarse; radica en esa sed de placer que no sólo crea aversión al trabajo constante, sino que incapacita para hacer el mejor trabajo y para cumplir debidamente con el propio deber. Hace poco tiempo, llegó a mis oídos el caso (uno de tantos) de una pobre mujer a la que se le concedió, a petición suya, un puesto de responsabilidad y lucrativo. Llevaba pocos días en su puesto cuando empezó a hablar de los "viajes de placer" que iba a hacer ahora que había llegado a ese lugar. Al cabo de un mes fue despedida por negligencia e incompetencia.

Como dos objetos no pueden ocupar el mismo espacio al mismo tiempo, así la mente que está ocupada con el placer no puede también estar concentrada en el

perfecto cumplimiento del deber.

El placer tiene su propio lugar y tiempo, pero no debe permitirse que su consideración penetre en la mente durante las horas que deben dedicarse al

deber. Aquellos que, mientras están ocupados en su tarea mundana, están continuamente pensando en los placeres anticipados, no pueden hacer otra cosa que chapucear en su trabajo, o incluso descuidarlo cuando su placer parece estar en juego.

La minuciosidad es plenitud, perfección; significa hacer una cosa tan bien que no quede nada que desear; significa hacer el propio trabajo, si no mejor de lo que nadie puede hacerlo, al menos no peor que lo mejor que hacen los demás. Significa el ejercicio de mucho pensamiento, el despliegue de gran energía, la aplicación persistente de la mente a su tarea, el cultivo de la paciencia, la perseverancia y un alto sentido del deber. Un antiguo maestro dijo: "Si hay que hacer algo, que el hombre lo haga, que lo ataque con vigor"; y otro maestro dijo: "Todo lo que tu mano encuentre para hacer, hazlo con tu fuerza".

El que carece de minuciosidad en sus deberes mundanos, también carecerá de la misma cualidad en las cosas espirituales. No mejorará su carácter; será débil y poco entusiasta en su religión, y no logrará ningún fin bueno y útil. El hombre que mantiene un ojo en el placer mundano y el otro en la religión, y que piensa que puede tener la ventaja de ambas condiciones, no será minucioso ni en su búsqueda del placer ni en su religión, sino que hará un negocio lamentable de ambas. Es mejor ser un mundano de alma entera que un religioso a medias; es mejor dedicar toda la mente a una cosa inferior que la mitad de ella a una superior.

Es preferible ser minucioso, aunque sea en una dirección mala o egoísta, que ineficaz y remilgado en las buenas direcciones, porque la minuciosidad conduce más rápidamente al desarrollo del carácter y a la adquisición de la sabiduría; acelera el progreso y el desenvolvimiento; y mientras conduce a los malos a algo mejor, estimula a los buenos a cotas cada vez más altas de utilidad y poder.

6. CONSTRUIR LA MENTE Y CONSTRUIR LA VIDA

TODO, tanto en la naturaleza como en las obras del hombre, se produce por un proceso de construcción. La roca se compone de átomos; la planta, el animal y el hombre se componen de células; una casa se construye con ladrillos, y un libro se construye con letras. Un mundo se compone de un gran número de formas, y una ciudad de un gran número de casas. Las artes, las ciencias y las instituciones de una nación se construyen con el esfuerzo de los individuos. La historia de una nación es la construcción de sus hechos.

El proceso de construcción requiere el proceso alternativo de destrucción. Las viejas formas que han servido a su propósito se rompen, y el material del que están compuestas entra en nuevas combinaciones. Hay una integración y una desintegración recíprocas. En todos los cuerpos compuestos, las células viejas se desintegran sin cesar, y se forman células nuevas para ocupar su lugar.

Las obras del hombre también necesitan renovarse continuamente hasta que se han vuelto viejas e inútiles, momento en el que se derriban para que puedan servir a un fin mejor. Estos dos procesos de destrucción y reconstrucción en la Naturaleza se llaman muerte y vida; en las obras artificiales del hombre se llaman destrucción y restauración.

Este doble proceso, que se da universalmente en las cosas visibles, también se da universalmente en las cosas invisibles. Como un cuerpo está construido de células, y una casa de ladrillos, así la mente de un hombre

está construida de pensamientos. Los diversos caracteres de los hombres no son otra cosa que compuestos de pensamientos de diversas combinaciones. Aquí vemos la profunda verdad del dicho: "Como un hombre piensa en su corazón, así es él". Las características individuales son procesos fijos del pensamiento; es decir, son fijas en el sentido de que se han convertido en una parte tan integral del carácter que sólo pueden ser alteradas o eliminadas mediante un prolongado esfuerzo de la voluntad, y mediante mucha autodisciplina. El carácter se construye de la misma manera que se construye un árbol o una casa, es decir, mediante la adición incesante de nuevo material, y ese material es el pensamiento. Con la ayuda de millones de ladrillos se construye una ciudad; con la ayuda de millones de pensamientos se construye una mente, un carácter.

Todo hombre es un constructor de mentes, lo reconozca o no. Todo hombre debe forzosamente pensar, y cada pensamiento es otro ladrillo colocado en el edificio de la mente. Tal "colocación de ladrillos" se hace suelta y descuidadamente por un gran número de personas, siendo el resultado caracteres inestables y tambaleantes que están listos para hundirse bajo la primera pequeña ráfaga de problemas o tentaciones.

Algunos, también, ponen en el edificio de sus mentes un gran número de pensamientos impuros; éstos son tantos ladrillos podridos que se desmoronan tan rápido como se ponen, dejando siempre un edificio inacabado y antiestético, y que no puede proporcionar ninguna comodidad ni ningún refugio para su poseedor.

Los pensamientos debilitantes sobre la propia salud, los pensamientos enervantes sobre los placeres ilícitos, los pensamientos debilitantes de fracaso y los pensamientos enfermizos de autocompasión y autoalabanza son ladrillos inútiles con los que no se puede levantar ningún templo mental sustancial.

Los pensamientos puros, sabiamente elegidos y bien colocados, son otros tantos ladrillos duraderos que nunca se desmoronarán, y con los cuales puede erigirse rápidamente un edificio acabado y hermoso, que proporcione comodidad y abrigo a su poseedor.

Los pensamientos vigorizantes de fuerza, de confianza, de deber; los pensamientos inspiradores de una vida grande, libre, sin trabas y altruista, son ladrillos útiles con los que se puede levantar un templo mental sustancial; y

la construcción de tal templo requiere que los viejos e inútiles hábitos de pensamiento sean derribados y destruidos.

"Construye más mansiones majestuosas, ¡oh alma mía! A medida que avanzan las estaciones".

Cada hombre es el constructor de sí mismo. Si es el ocupante de un tugurio de una mente que deja entrar las lluvias de muchos problemas, y a través del cual soplan los vientos agudos de las decepciones que se repiten a menudo, que se ponga a trabajar para construir una mansión más noble que le proporcione una mejor protección contra esos elementos mentales. Tratar de trasladar débilmente la responsabilidad de su mala construcción al diablo, o a sus antepasados, o a cualquier otra cosa o persona que no sea él mismo, no aumentará su comodidad ni le ayudará a construir una morada mejor.

Cuando despierte a un sentido de su responsabilidad, y una estimación aproximada de su poder, entonces comenzará a construir como un verdadero obrero, y producirá un carácter simétrico y acabado que perdurará, y será apreciado por la posteridad, y que, mientras que proporciona una protección que nunca falla para sí mismo, continuará dando refugio a muchos luchadores cuando él haya fallecido.

Todo el universo visible se basa en unos pocos principios matemáticos. Todas las maravillosas obras del hombre en el mundo material han sido realizadas por la rígida observancia de unos pocos principios subyacentes; y todo lo que hay para hacer una vida exitosa, feliz y hermosa, es el conocimiento y la aplicación de unos pocos principios simples y fundamentales.

Si un hombre quiere levantar un edificio que resista las tormentas más feroces, debe construirlo sobre un principio o ley matemática simple, como el cuadrado o el círculo; si ignora esto, su edificio se derrumbará incluso antes de estar terminado.

Del mismo modo, si un hombre quiere construir una vida exitosa, fuerte y ejemplar -una vida que resista con firmeza las tormentas más feroces de la adversidad y la tentación-, debe basarse en unos pocos principios morales simples y sin desviaciones.

Cuatro de estos principios son la justicia, la rectitud, la sinceridad y la bondad. Estas cuatro verdades éticas son para la construcción de una vida lo que las cuatro líneas de un cuadrado son para la construcción de una casa.

Si un hombre las ignora y piensa obtener el éxito, la felicidad y la paz mediante la injusticia, el engaño y el egoísmo, se encuentra en la posición de un constructor que imagina que puede edificar una morada fuerte y duradera ignorando la disposición relativa de las líneas matemáticas, y al final sólo obtendrá decepción y fracaso.

Puede, por un tiempo, hacer dinero, lo que le engañará haciéndole creer que la injusticia y la deshonestidad pagan bien; pero en realidad su vida es tan débil e inestable que está lista en cualquier momento para caer; y cuando llega un período crítico, como debe llegar, sus asuntos, su reputación y sus riquezas se desmoronan en ruinas, y él es enterrado en su propia desolación.

Es totalmente imposible que un hombre alcance una vida verdaderamente exitosa y feliz si ignora los cuatro principios morales enumerados, mientras que el hombre que los observa escrupulosamente en todos sus tratos no puede fracasar en el éxito y la bienaventuranza más de lo que la tierra puede fracasar en la luz y el calor del sol mientras se mantenga en su órbita legal; Porque obra en armonía con las leyes fundamentales del universo; construye su vida sobre una base que no puede ser alterada ni derribada, y, por consiguiente, todo lo que haga será tan fuerte y duradero, y todas las partes de su vida serán tan coherentes, armoniosas y estarán tan firmemente entretejidas, que es imposible que se arruine.

En todas las formas universales construidas por el Gran Poder Invisible e infalible, se encontrará que la observancia de la ley matemática se lleva a cabo con exactitud infalible hasta el más mínimo detalle. El microscopio revela el hecho de que lo infinitamente pequeño es tan perfecto como lo infinitamente grande.

Un copo de nieve es tan perfecto como una estrella. Del mismo modo, en la construcción de un edificio por el hombre, debe prestarse la más estricta atención a cada detalle.

Primero hay que poner los cimientos y, aunque estén enterrados y ocultos, deben recibir el mayor cuidado y ser más fuertes que cualquier otra parte del edificio; luego, piedra sobre piedra, ladrillo sobre ladrillo, se colocan cuidadosamente con la ayuda de la plomada, hasta que por fin el edificio se yergue completo en su durabilidad, fuerza y belleza.

Lo mismo sucede con la vida del hombre. El que quiera tener una vida segura y dichosa, una vida libre de las miserias y fracasos de que tantos son víctimas, debe llevar la práctica de los principios morales a cada detalle de su vida, a cada deber momentáneo y transacción trivial. En cada pequeña cosa debe ser minucioso y honesto, sin descuidar nada.

Descuidar o aplicar mal cualquier pequeño detalle -ya sea un hombre de negocios, un agricultor, un profesional o un artesano- es lo mismo que descuidar una piedra o un ladrillo en un edificio, y será una fuente de debilidad y problemas.

La mayoría de los que fracasan y sufren lo hacen por descuidar detalles aparentemente insignificantes.

Es un error común suponer que las cosas pequeñas pueden pasarse por alto, y que las cosas más grandes son más importantes, y deben recibir toda la atención; pero una mirada superficial al universo, así como un poco de reflexión seria sobre la vida, enseñarán la lección de que nada grande puede existir que no esté hecho de pequeños detalles, y en cuya composición cada detalle sea perfecto.

El que adopta los cuatro principios éticos como ley y base de su vida, el que levanta el edificio de su carácter sobre ellos, el que en sus pensamientos, palabras y acciones no se aparta de ellos, el que cada deber y cada transacción pasajera se realiza en estricta conformidad con sus exigencias, tal hombre, estableciendo los cimientos ocultos de la integridad del corazón con seguridad y firmeza, no puede dejar de levantar una estructura que le traerá honor; y está construyendo un templo en el que puede descansar en paz y bienaventuranza, incluso el Templo fuerte y hermoso de su vida.

7. EL CULTIVO DE LA CONCENTRACIÓN

La CONCENTRACIÓN, o llevar la mente a un centro y mantenerla allí, es vitalmente necesaria para la realización de cualquier tarea. Es el padre de la minuciosidad y la madre de la excelencia. Como facultad, no es un fin en sí misma, sino una ayuda para todas las facultades, para todo trabajo. No es un fin en sí misma, pero es una fuerza que sirve a todos los fines. Como el vapor en la mecánica, es una fuerza dinámica en la maquinaria de la mente y en las funciones de la vida.

La facultad es una posesión común, aunque en su perfección es rara -al igual que la voluntad y la razón son posesiones comunes, aunque una voluntad perfectamente equilibrada y una razón completa son posesiones raras- y el misterio que algunos escritores místicos modernos han arrojado a su alrededor es totalmente superfluo.

Todo hombre de éxito, cualquiera que sea la dirección de su éxito, practica la concentración, aunque no sepa nada de ella como materia de estudio; cada vez que uno se absorbe en un libro o en una tarea, o se extasía en la devoción o es asiduo en el deber, la concentración, en mayor o menor grado, entra en juego.

Muchos libros que pretenden dar instrucciones sobre la concentración hacen de su práctica y adquisición un fin en sí mismo. No hay camino más seguro ni más rápido para su destrucción. Fijar los ojos en la punta de la nariz, en el picaporte de una puerta, en un cuadro, en un símbolo místico o en el retrato de un santo; o centrar la mente en el ombligo, en la glándula pineal o en algún punto imaginario del espacio (he visto todos estos métodos seria-

mente aconsejados en obras sobre este tema) con el objeto de adquirir concentración, es como tratar de nutrir el cuerpo meramente moviendo la mandíbula como en el acto de comer, sin tomar alimento. Tales métodos impiden el fin que persiguen.

Conducen hacia la dispersión y no hacia la concentración; hacia la debilidad y la imbecilidad y no hacia el poder y la inteligencia. He conocido a quienes han malgastado, mediante estas prácticas, la medida de concentración que poseían al principio, y se han convertido en presa de una mente débil y errante.

La concentración es una ayuda para hacer algo; no es hacer algo en sí misma. Una escalera no tiene valor en sí misma, sino sólo en la medida en que nos permite alcanzar algo que no podríamos alcanzar de otro modo. Del mismo modo, la concentración es lo que permite a la mente realizar con facilidad lo que de otro modo sería imposible lograr; pero por sí misma es algo muerto y no una realización viva.

La concentración está tan entretejida con los usos de la vida que no puede separarse del deber; y quien intente adquirirla aparte de su tarea, de su deber, no sólo fracasará, sino que disminuirá, y no aumentará, su control mental y su capacidad ejecutiva, y así se hará cada vez menos apto para tener éxito en sus empresas.

En la tarea del momento están todos los medios para cultivar la concentración -ya sea la adquisición del conocimiento divino o el barrido de un suelo- sin recurrir a métodos que no tienen relación práctica con la vida; porque ¿qué es la concentración sino llevar una mente bien controlada a la realización de lo que debe hacerse?

El que hace su trabajo sin rumbo, de manera apresurada o irreflexiva, y recurre a sus "métodos de concentración" artificiales -a su picaporte, su cuadro o su extremidad nasal- con el fin de obtener lo que imagina que es una especie de poder místico -pero que es una cualidad muy ordinaria y práctica-, aunque puede derivar hacia la locura (y conocí a un hombre que se volvió loco por estas prácticas), no aumentará la firmeza de su mente.

El gran enemigo de la concentración -y por lo tanto de toda habilidad y poder- es un valor vacilante, errante e indisciplinado en sí mismo, pero sólo en la medida en que nos permite alcanzar algo que no podríamos alcanzar

de otro modo. Del mismo modo, la concentración es lo que permite a la mente realizar con facilidad lo que de otro modo sería imposible lograr; pero por sí misma es algo muerto, y no un logro vivo.

La concentración está tan entretejida con los usos de la vida que no puede separarse del deber; y quien intente adquirirla aparte de su tarea, de su deber, no sólo fracasará, sino que disminuirá, y no aumentará, su control mental y su capacidad ejecutiva, y así se hará cada vez menos apto para tener éxito en sus empresas.

Un ejército disperso e indisciplinado sería inútil. Para que sea eficaz en la acción y rápido en la victoria, debe estar sólidamente concentrado y magistralmente dirigido. Los pensamientos dispersos y difusos son débiles e inútiles. Los pensamientos reunidos, ordenados y dirigidos sobre un punto determinado, son invencibles; la confusión, la duda y la dificultad ceden ante su enfoque magistral. El pensamiento concentrado entra en gran parte en todos los éxitos, e informa todas las victorias.

No hay más secreto en su adquisición que en cualquier otra adquisición, ya que se rige por el principio subyacente de todo desarrollo, es decir, la práctica. Para ser capaz de hacer algo, hay que empezar a hacerlo y seguir haciéndolo hasta dominarlo. Este principio prevalece universalmente: en todas las artes, ciencias, oficios; en todo aprendizaje, conducta, religión. Para ser capaz de pintar, uno debe pintar; para saber cómo usar una herramienta hábilmente, debe usar la herramienta; para volverse erudito, debe aprender; para volverse sabio, debe hacer cosas sabias; y para concentrar exitosamente su mente, debe concentrarla. Pero el hacer no lo es todo: debe hacerse con energía e inteligencia.

El comienzo de la concentración, entonces, es ir a tu tarea diaria y poner tu mente en ella, concentrando toda tu inteligencia y energía mental en lo que tienes que hacer; y cada vez que los pensamientos se encuentren vagando sin rumbo, deben ser traídos de vuelta a la cosa en cuestión.

Por lo tanto, el "centro" sobre el cual debes concentrar tu mente es (no tu glándula pineal o una pintura en el espacio), sino el trabajo que estás haciendo todos los días; y tu objetivo al concentrarte de esta manera es ser capaz de hacer tu trabajo con suave rapidez y consumada habilidad; porque hasta que no puedas hacer así tu trabajo, no habrás ganado ningún grado de control sobre la mente; no habrás adquirido el poder de la concentración.

Esta poderosa concentración del pensamiento, de la energía y de la voluntad en la realización de las cosas, es difícil al principio, como es difícil todo lo que vale la pena adquirir; pero los esfuerzos diarios, realizados enérgicamente y seguidos pacientemente, conducirán pronto a tal grado de dominio de sí mismo, que nos permitirá poner una mente fuerte y penetrante al servicio de cualquier trabajo emprendido; una mente que comprenderá rápidamente todos los detalles del trabajo, y dispondrá de ellos con exactitud y prontitud.

De este modo, a medida que aumenta su capacidad de concentración, incrementará su utilidad en el esquema de las cosas y aumentará su valor para el mundo, invitando así a oportunidades más nobles y abriendo la puerta a deberes más elevados; también experimentará la alegría de una vida más amplia y plena.

En el proceso de concentración existen las cuatro etapas siguientes:

1. Atención.
2. Contemplación.
3. Abstracción.
4. Actividad en reposo.

Al principio, los pensamientos se detienen y la mente se fija en el objeto de la concentración, que es la tarea en cuestión: esto es atención. A continuación, la mente se despierta en un pensamiento vigoroso sobre la forma de proceder con la tarea - esto es la contemplación.

La contemplación prolongada conduce a una condición de la mente en la que las puertas de los sentidos están todas cerradas contra la entrada de distracciones externas, los pensamientos están envueltos en, y única e intensamente centrados en, el trabajo en cuestión - esto es abstracción. La mente así centrada en la cogitación profunda alcanza un estado en el que el máximo de trabajo se lleva a cabo con el mínimo de fricción - esto es la actividad en reposo.

La atención es la primera etapa en todo trabajo exitoso. Los que carecen de ella fracasan en todo. Tales son los perezosos, los irreflexivos, los indiferentes y los incompetentes. Cuando la atención es seguida por un despertar de la mente al pensamiento serio, entonces se alcanza la segunda etapa.

Para asegurar el éxito en todas las empresas mundanas ordinarias, no es necesario ir más allá de estas dos etapas.

Las alcanza, en mayor o menor grado, todo ese gran ejército de trabajadores hábiles y competentes que lleva a cabo el trabajo del mundo en sus múltiples departamentos, y sólo un número comparativamente pequeño alcanza la tercera etapa de abstracción; porque cuando se alcanza la abstracción, hemos entrado en la esfera del genio.

En las dos primeras etapas, el trabajo y la mente están separados, y el trabajo se realiza más o menos laboriosamente, y con un cierto grado de fricción; pero en la tercera etapa, se produce un matrimonio del trabajo con la mente, hay una fusión, una unión, y los dos se convierten en uno: entonces hay una eficiencia superior con menos trabajo y fricción. En la perfección de las dos primeras etapas, la mente está objetivamente comprometida, y es fácilmente sacada de su centro por las vistas y sonidos externos; pero cuando la mente ha alcanzado la perfección en la abstracción, se logra el método subjetivo de trabajo, a diferencia del objetivo.

El pensador es entonces ajeno al mundo exterior, pero está vivamente vivo en sus operaciones mentales. En efecto, esta abstracción es una especie de sueño de vigilia, pero su semejanza con un sueño termina con el estado subjetivo: no existe en las operaciones mentales de ese estado, en el cual, en lugar de la confusión del sueño, hay un orden perfecto, una penetrante visión y una amplia gama de comprensión. Quienquiera que alcance la perfección en la abstracción manifestará genialidad en la obra particular en la que se centre su mente.

Los inventores, artistas, poetas, científicos, filósofos y todos los hombres de genio son hombres de abstracción. Realizan subjetivamente, y con facilidad, lo que los trabajadores objetivos -hombres que aún no han superado la segunda etapa de concentración- no pueden realizar con el trabajo más extenuante.

Cuando se alcanza el cuarto estadio, el de la actividad en reposo, se adquiere la concentración en su perfección. No he podido encontrar una sola palabra que exprese cabalmente esta condición dual de intensa actividad combinada con firmeza, o reposo, y por lo tanto he empleado el término "actividad en reposo".

El término parece contradictorio, pero la simple ilustración de una peonza servirá para explicar la paradoja. Cuando una peonza gira a la máxima velocidad, la fricción se reduce al mínimo, y la peonza asume esa condición de perfecto reposo que es una vista tan hermosa para el ojo, y tan cautivadora para la mente, del escolar, que entonces dice que su peonza está "dormida".

La peonza está aparentemente inmóvil, pero es el reposo, no de la inercia, sino de una actividad intensa y perfectamente equilibrada. De la misma manera, la mente que ha adquirido una concentración perfecta se encuentra, cuando está ocupada en esa intensa actividad del pensamiento que da como resultado un trabajo productivo del más alto tipo, en un estado de tranquilo aplomo y sereno reposo. Externamente, no hay actividad aparente, no hay perturbación, y la cara de un hombre que ha adquirido este poder asumirá una calma más o menos radiante, y la cara será más sublimemente tranquila cuando la mente está más intensamente ocupada en el pensamiento activo.

Cada etapa de la concentración tiene su poder particular. Así, la primera etapa, cuando se perfecciona, conduce a la utilidad; la segunda conduce a la destreza, la habilidad, el talento; la tercera conduce a la originalidad y el genio; mientras que la cuarta conduce a la maestría y el poder, y hace líderes y maestros de los hombres.

En el desarrollo de la concentración, también, como en todos los objetos de crecimiento, las etapas siguientes encarnan las precedentes en su totalidad. Así, en la contemplación, la atención está contenida; en la abstracción, tanto la atención como la contemplación están encarnadas; y quien ha alcanzado la última etapa, pone en juego, en el acto de la contemplación, las cuatro etapas.

El que se ha perfeccionado en la concentración es capaz, en cualquier momento, de llevar sus pensamientos a un punto sobre cualquier asunto, y buscar en él con la fuerte luz de una comprensión activa. Puede tanto tomar una cosa como dejarla con igual deliberación. Ha aprendido a utilizar sus facultades de pensamiento con fines fijos y a guiarlas hacia fines definidos. Es un hacedor inteligente de cosas, y no un débil vagabundo entre pensamientos caóticos.

La decisión, la energía, el estado de alerta, así como la deliberación, el juicio y la gravedad, acompañan al hábito de la concentración; y ese vigoroso

so entrenamiento mental que implica su cultivo, conduce, a través de una utilidad y un éxito cada vez mayores en las ocupaciones mundanas, hacia esa forma superior de concentración llamada "meditación", en la que la mente se ilumina divinamente y adquiere el conocimiento celestial.

8. PRÁCTICA DE LA MEDITACIÓN

CUANDO la aspiración se une a la concentración, el resultado es la meditación. Cuando un hombre desea intensamente alcanzar y realizar una vida más elevada, más pura y más radiante que la vida meramente mundana y amante del placer, se dedica a la aspiración; y cuando concentra fervientemente sus pensamientos en la búsqueda de esa vida, practica la meditación.

Sin aspiración intensa, no puede haber meditación. El letargo y la indiferencia son fatales para su práctica. Cuanto más intensa sea la naturaleza de un hombre, más fácilmente encontrará la meditación y con más éxito la practicará. Una naturaleza ardiente escalará más rápidamente las alturas de la Verdad en la meditación, cuando sus aspiraciones se hayan despertado lo suficiente.

La concentración es necesaria para el éxito mundano; la meditación es necesaria para el éxito espiritual. La habilidad y el conocimiento mundanos se adquieren mediante la concentración; la habilidad y el conocimiento espirituales se adquieren mediante la meditación. Por la concentración un hombre puede escalar las más altas alturas del genio, pero no puede escalar las alturas celestiales de la Verdad: para lograr esto, debe meditar.

Mediante la concentración un hombre puede adquirir la maravillosa comprensión y el vasto poder de un César; mediante la meditación puede alcanzar la sabiduría divina y la paz perfecta de un Buda. La perfección de la concentración es el poder; la perfección de la meditación es la sabiduría.

Por la concentración, los hombres adquieren habilidad en la realización de las cosas de la vida -en la ciencia, el arte, el comercio, etc.-, pero por la

meditación, adquieren habilidad en la vida misma; en la vida correcta, la iluminación, la sabiduría, etc. Los santos, los sabios, los salvadores, los hombres sabios y los maestros divinos son los productos acabados de la meditación sagrada.

Las cuatro etapas de la concentración se ponen en juego en la meditación; la diferencia entre los dos poderes es de dirección y no de naturaleza. La meditación es, por tanto, concentración espiritual; la focalización de la mente en su búsqueda del conocimiento divino, la vida divina; la intensa permanencia, en el pensamiento, de la Verdad.

Así, un hombre aspira a conocer y realizar, por encima de todas las cosas, la Verdad; entonces presta atención a la conducta, a la vida, a la autopurificación: prestando atención a estas cosas, pasa a la contemplación seria de los hechos, los problemas y el misterio de la vida: Contemplando así, llega a amar la Verdad tan plena e intensamente como para quedar totalmente absorto en ella, la mente se aleja de sus divagaciones en una multitud de deseos, y, resolviendo uno por uno los problemas de la vida, realiza esa profunda unión con la Verdad que es el estado de abstracción; y así absorto en la Verdad, existe ese equilibrio y aplomo de carácter, esa acción divina en reposo, que es la calma y la paz permanentes de una mente emancipada e iluminada.

La meditación es más difícil de practicar que la concentración porque implica una autodisciplina mucho más severa que la que se obtiene en la concentración. Un hombre puede practicar la concentración sin purificar su corazón y su vida, mientras que el proceso de purificación es inseparable de la meditación.

El objeto de la meditación es la iluminación divina, el logro de la Verdad, y por lo tanto está entrelazado con la pureza práctica y la rectitud. Así, aunque al principio el tiempo dedicado a la meditación real es breve -quizá sólo media hora por la mañana temprano-, el conocimiento adquirido en esa media hora de vívida aspiración y pensamiento concentrado se plasma en la práctica durante todo el día.

En la meditación, por lo tanto, está involucrada toda la vida de un hombre; y a medida que avanza en su práctica, se vuelve más y más apto para llevar a cabo los deberes de la vida en las circunstancias en que se encuen-

tre, porque se vuelve más fuerte, más santo, más tranquilo y más sabio. El principio de la meditación es doble, a saber:

1. Purificación del corazón por el pensamiento repetitivo en cosas puras.
2. Alcanzar el conocimiento divino encarnando esa pureza en la vida práctica.

El hombre es un ser de pensamiento, y su vida y carácter están determinados por los pensamientos en los que habitualmente habita. Por la práctica, la asociación y el hábito, los pensamientos tienden a repetirse con mayor y mayor facilidad y frecuencia; y así "fijan" el carácter en una dirección dada produciendo esa acción automática que se llama "hábito".

Al meditar diariamente sobre pensamientos puros, el hombre de meditación forma el hábito del pensamiento puro e iluminado que conduce a acciones puras e iluminadas y a deberes bien cumplidos. Por la repetición incesante de pensamientos puros, al final se convierte en uno con esos pensamientos, y es un ser purificado, manifestando su logro en acciones puras, en una vida serena y sabia.

La mayoría de los hombres viven en una serie de deseos, pasiones, emociones y especulaciones conflictivas, y hay inquietud, incertidumbre y tristeza; pero cuando un hombre comienza a entrenar su mente en la meditación, gradualmente obtiene el control sobre este conflicto interno, al enfocar sus pensamientos en un principio central.

De este modo se rompen los viejos hábitos de pensamiento y acción impuros y erróneos, y se forman los nuevos hábitos de pensamiento y acción puros e iluminados; el hombre se reconcilia cada vez más con la Verdad, y se produce una armonía y un discernimiento crecientes, una perfección y una paz cada vez mayores.

Una poderosa y elevada aspiración hacia la Verdad va siempre acompañada de un agudo sentido del dolor, la brevedad y el misterio de la vida, y hasta que no se alcanza esta condición mental, la meditación es imposible. La mera meditación, o pasar el tiempo soñando ociosamente (hábitos a los que se aplica frecuentemente la palabra meditación), están muy lejos de la meditación, en el elevado sentido espiritual que atribuimos a esa condición.

Es fácil confundir el ensueño con la meditación. Este es un error fatal que debe ser evitado por quien se esfuerza en meditar. Los dos no deben con-

fundirse. El ensueño es una ensoñación en la que el hombre cae; la meditación es un pensamiento fuerte y resuelto en el que el hombre se eleva. El ensueño es fácil y placentero; la meditación es al principio difícil y fastidiosa.

El ensueño prospera en la indolencia y el lujo; la meditación surge del esfuerzo y la disciplina. El ensueño es primero seductor, luego sensual. La meditación es primero prohibitiva, luego provechosa y después pacífica. El ensueño es peligroso; socava el autocontrol. La meditación es protectora; establece el autocontrol.

Hay ciertos signos por los que uno puede saber si está ensoñando o meditando.

Los indicios del ensueño son

1. Deseo de evitar el esfuerzo.
2. Deseo de experimentar los placeres del sueño.
3. Un creciente disgusto por los propios deberes mundanos.
4. Un deseo de eludir las propias responsabilidades mundanas.
5. Miedo a las consecuencias.
6. Deseo de conseguir dinero con el menor esfuerzo posible.
7. Falta de autocontrol.

Los indicios de la meditación son:

1. Aumento de la energía tanto física como mental.
2. Esfuerzo denodado en pos de la sabiduría.
3. Una disminución de la irritabilidad en el cumplimiento del deber.
4. Una determinación fija de cumplir fielmente todas las responsabilidades mundanas.
5. Liberación del miedo.
6. Indiferencia hacia las riquezas.
7. Posesión de autocontrol.

Hay ciertos tiempos, lugares y condiciones en y bajo los cuales es imposible meditar, otros en los que es difícil meditar y otros en los que la meditación se hace más accesible; y éstos, que deben conocerse y observarse cuidadosamente, son los siguientes:

Tiempos, lugares y condiciones en que la meditación es imposible:

- 1.. Durante o inmediatamente después de las comidas.
2. En lugares de recreo.
3. En lugares concurridos.
4. Al caminar rápidamente.
5. Mientras está tumbado en la cama por la mañana.
- 6.. Mientras fuma.
7. Mientras se está tumbado en el sofá o en la cama para relajarse física o mentalmente.

Momentos, lugares y condiciones en los que la meditación es difícil:

1. Por la noche.
2. En una habitación lujosamente amueblada.
3. Sentado en un asiento blando y mullido.
4. Con ropa alegre.
5. En compañía.
6. Cuando el cuerpo está cansado.
7. Si el cuerpo recibe demasiada comida.

Momentos, lugares y condiciones en que es mejor meditar:

1. Muy temprano por la mañana.
2. Inmediatamente antes de las comidas.
3. En soledad.
4. Al aire libre o en una habitación amueblada de forma sencilla.
5. Mientras se está sentado en un asiento duro.

6. Cuando el cuerpo está fuerte y vigoroso.

7. Cuando el cuerpo está modesta y sencillamente vestido.

De las instrucciones anteriores se desprende que la facilidad, el lujo y la indulgencia (que inducen al ensueño) dificultan la meditación, y cuando se pronuncian con fuerza la hacen imposible; mientras que el esfuerzo, la disciplina y la abnegación (que disipan el ensueño), hacen que la meditación sea comparativamente fácil. El cuerpo, también, no debe estar ni sobrealimentado ni hambriento; ni harapiento ni ostentosamente vestido. No debe estar cansado, sino en su punto más alto de energía y fuerza, ya que mantener la mente concentrada en un tren de pensamientos sutiles y elevados requiere un alto grado de energía tanto física como mental.

A menudo, la aspiración puede despertarse mejor, y la mente renovarse en la meditación, mediante la repetición mental de un precepto elevado, una frase hermosa o un verso de poesía. De hecho, la mente que está preparada para la meditación adoptará instintivamente esta práctica. La mera repetición mecánica carece de valor, e incluso es un obstáculo.

Las palabras repetidas deben ser tan aplicables a la propia condición que se las medite con amor y con devoción concentrada. De esta manera, la aspiración y la concentración se combinan armoniosamente para producir, sin esfuerzo indebido, el estado de meditación. Todas las condiciones arriba mencionadas son de la mayor importancia en las primeras etapas de la meditación, y deben ser cuidadosamente anotadas y debidamente observadas por todos los que se esfuerzan por adquirir la práctica; y aquellos que siguen fielmente las instrucciones, y que se esfuerzan y perseveran, no dejarán de recoger, a su debido tiempo, la cosecha de pureza, sabiduría, bienaventuranza y paz; y seguramente comerán de los dulces frutos de la santa meditación.

9. EL PODER DEL PROPÓSITO

La DISPERSION es debilidad; la concentración es poder. La destrucción es un proceso de dispersión, la preservación es un proceso de unión. Las cosas son útiles y los pensamientos son poderosos en la medida en que sus partes están fuerte e inteligentemente concentradas. El propósito es un pensamiento altamente concentrado.

Todas las energías mentales se dirigen a la consecución de un objeto, y los obstáculos que se interponen entre el pensador y el objeto son, uno tras otro, derribados y superados. El propósito es la piedra angular del templo del logro. Une y mantiene unido en un todo completo lo que de otro modo yacería disperso e inútil.

Los caprichos vacíos, las fantasías efímeras, los deseos vagos y las resoluciones poco entusiastas no tienen cabida en el propósito. En la determinación sostenida de lograr hay un poder invencible que se traga todas las consideraciones inferiores, y marcha directo a la victoria.

Todos los hombres de éxito son hombres de propósito. Se aferran a una idea, a un proyecto, a un plan, y no lo abandonan; lo acarician, lo meditan, lo cuidan y lo desarrollan; y cuando se ven asaltados por las dificultades, se niegan a rendirse; de hecho, la intensidad del propósito aumenta con la creciente magnitud de los obstáculos encontrados.

Los hombres que han forjado los destinos de la humanidad han sido hombres poderosos de propósito. Como el romano que traza su camino, han seguido una senda bien definida, y se han negado a desviarse incluso cuando la tortura y la muerte se enfrentaban a ellos. Los Grandes Líderes de la raza

son los creadores de caminos mentales, y la humanidad sigue los senderos intelectuales y espirituales que ellos han labrado y batido.

Grande es el poder del propósito. Para saber cuán grande, que un hombre lo estudie en las vidas de aquellos cuya influencia ha moldeado los fines de las naciones y dirigido los destinos del mundo. En un Alejandro, un César o un Napoleón, vemos el poder del propósito cuando se dirige por canales mundanos y personales; en un Confucio, un Buda o un Cristo, percibimos su poder más vasto cuando su curso sigue caminos celestiales e impersonales.

El propósito va con la inteligencia. Hay propósitos menores y mayores según los grados de inteligencia. Una gran mente siempre tendrá un gran propósito. Una inteligencia débil carecerá de propósito. Una mente a la deriva argumenta una medida de subdesarrollo.

¿Qué puede resistirse a un propósito inquebrantable? ¿Qué puede oponerse a él o desviarlo? La materia inerte cede ante una fuerza viva, y las circunstancias sucumben ante el poder del propósito. En verdad, el hombre de propósito ilícito, al lograr sus fines, se destruirá a sí mismo, pero el hombre de propósito bueno y lícito no puede fracasar. Sólo necesita renovar diariamente el fuego y la energía de su resolución fija, para consumir su objeto.

El hombre débil, que se aflige porque no se le comprende, no logrará gran cosa; el hombre vanidoso, que se aparta de su resolución para agradar a los demás y obtener su aprobación, no logrará gran cosa; el hombre de doble ánimo, que piensa comprometer su propósito, fracasará.

El hombre de propósito fijo que, aunque lluevan sobre él malentendidos y acusaciones soeces, o halagos y promesas justas, no cede ni una fracción de su resolución, es el hombre de la excelencia y el logro; del éxito, la grandeza, el poder.

Los obstáculos estimulan al hombre de propósito; las dificultades lo animan a un esfuerzo renovado; los errores, las pérdidas, los dolores, no lo subyugan; y los fracasos son peldaños en la escalera del éxito, porque él es siempre consciente de la certeza del logro final.

Todas las cosas ceden al fin a la energía silenciosa, irresistible y conquistadora del propósito.

"De la noche que me cubre,

Negra como la fosa de polo a polo,
Agradezco a los dioses que sean
Por mi alma inconquistable.
En la caída de las circunstancias
No he lloriqueado ni gritado;
Bajo los golpes del azar
Mi cabeza está ensangrentada pero intacta.
No importa cuán estrecha sea la puerta,
lo cargado de castigo que esté el pergamino;
Soy dueño de mi destino,
Soy el capitán de mi alma".

10. LA ALEGRÍA DE LA REALIZACIÓN

La ALEGRÍA es siempre el acompañamiento de una tarea cumplida con éxito. Una empresa terminada, o un trabajo realizado, siempre traen descanso y satisfacción. "Cuando un hombre ha cumplido con su deber, está alegre y feliz", dice Emerson; y no importa lo insignificante que pueda parecer la tarea, el hacerla fielmente y con toda la energía del alma siempre resulta en alegría y paz mental.

De todos los hombres miserables, el que rehúye es el más miserable. Creyendo encontrar facilidad y felicidad en evitar los deberes difíciles y las tareas necesarias, que requieren el gasto de trabajo y esfuerzo, su mente está siempre inquieta y perturbada, se carga con un sentimiento interno de vergüenza, y pierde la hombría y el respeto de sí mismo.

"El que no trabaje de acuerdo con sus facultades, que perezca de acuerdo con su necesidad", dice Carlyle; y es una ley moral que el hombre que evita el deber, y no trabaja en toda la medida de su capacidad, en realidad perezca, en primer lugar en su carácter y en último lugar en su cuerpo y circunstancias. Vida y acción son sinónimos, e inmediatamente que un hombre trata de escapar al esfuerzo, ya sea físico o mental, ha comenzado a decaer.

Por otra parte, los enérgicos aumentan su vida por el pleno ejercicio de sus facultades, por la superación de las dificultades y por llevar a término las tareas que exigen el uso extenuante de la mente o de los músculos.

¡Qué feliz se siente un niño cuando domina por fin una lección escolar que le ha costado tanto trabajo! El atleta, que ha entrenado su cuerpo a través de largos meses o años de disciplina y esfuerzo, es ricamente bendecido

por el aumento de su salud y fuerza; y se encuentra con el regocijo de sus amigos cuando lleva a casa el premio del campo de la competencia. Después de muchos años de trabajo ingrato, el corazón del erudito se alegra con las ventajas y poderes que otorga el aprendizaje.

El hombre de negocios, luchando incesantemente con dificultades e inconvenientes, se ve ampliamente recompensado con la feliz seguridad de un éxito bien ganado; y el horticultor, luchando vigorosamente contra la terca tierra, se sienta por fin a comer de los frutos de su trabajo.

Cada logro exitoso, incluso en las cosas mundanas, es recompensado con su propia medida de alegría; y en las cosas espirituales, la alegría que sobreviene a la perfección del propósito es segura, profunda y duradera. Grande es la alegría del corazón (aunque inefable) cuando, después de innumerables y aparentemente infructuosos intentos, algún defecto arraigado en el carácter es por fin expulsado para no molestar más a su antigua víctima y al mundo.

El luchador por la virtud -el que se dedica a la santa tarea de forjar un carácter noble- saborea, a cada paso de la conquista sobre sí mismo, una alegría que no vuelve a abandonarle, sino que se convierte en parte integrante de su naturaleza espiritual.

Toda la vida es una lucha; tanto fuera como dentro hay condiciones contra las que el hombre debe luchar; su propia existencia es una serie de esfuerzos y logros, y su derecho a permanecer entre los hombres como una unidad útil de la humanidad depende de la medida de su capacidad para luchar con éxito con los elementos de la naturaleza exterior, o con los enemigos de la virtud y la verdad interior.

Se exige del hombre que continúe esforzándose por conseguir cosas mejores, una mayor perfección, logros más y más elevados; y de acuerdo con la medida de su obediencia a esta exigencia, el ángel de la alegría espera sobre sus pasos y le sirve; porque aquel que está ansioso por aprender, deseoso de saber, y que se esfuerza por lograr, encuentra la alegría que canta eternamente en el corazón del universo.

El hombre debe esforzarse primero en las cosas pequeñas, luego en las más grandes, y después en las más grandes todavía, hasta que al fin esté

preparado para hacer el esfuerzo supremo, y luchar por la realización de la Verdad, logrando lo cual, realizará la alegría eterna.

El precio de la vida es el esfuerzo; la cumbre del esfuerzo es el logro; la recompensa del logro es la alegría. Bienaventurado el hombre que lucha contra su propio egoísmo; él saboreará en su plenitud la alegría del logro.

¡GRACIAS POR LEER ESTE LIBRO DE
WWW.ELEJANDRIA.COM!

DESCUBRE NUESTRA COLECCIÓN DE OBRAS DE DOMINIO
PÚBLICO EN CASTELLANO EN NUESTRA WEB