

James Allen

Zoals je denkt

vertaald en ingeleid door Arjen van Kol

Inleiding

Meer dan een eeuw terug schreef James Allen, een Engelsman over wie verder niet zo gek veel bekend is, *As a Man Thinketh*. Het is het tweede van meer dan twintig boeken die hij tot aan zijn dood schreef. Deze bondige en afgewogen tekst is wellicht de beste belichaming van zijn gedachten, al had hij daar zelf de nodige aarzelingen over. Het vergde overtuiging door zijn vrouw om hem het boek in 1902 te doen uitgeven.

In 1912 stierf James Allen als relatieve onbekende, lang voordat *As a Man Thinketh* hem roem en erkenning bracht. Het boek geldt inmiddels als een klassieker op het terrein van persoonlijke groei en zelfontplooiing. Met onverbloemde inzichten en bemoedigingen helpt het de gedachten van lezers gestaag uit te bouwen tot een feilloos instrument voor hun materiële, mentale en spirituele groei. Verfijsd leesvoer om blijvend uit te putten.

In het najaar van 2006 ben ik aan een vertaling van de tekst begonnen, zonder de specifieke bedoeling om die publiek te maken. Ik vertaalde veeleer om de waarde van de tekst, die me bij de eerste keer lezen zo getroffen had, zo diep mogelijk tot me door te kunnen laten dringen. Formuleringen heb ik zo gekozen dat ze geslachtsneutraal zijn en begrijpelijk voor lezers van deze tijd.

Deze editie van de vertaling, versie 1.1, verschilt nauwelijks van de eerste editie van januari 2007. Deze inleiding, enkele formuleringen en de opmaak zijn aangepast.

De originele Engelse tekst is inmiddels vrij van auteursrechten en is op talloze plekken van het internet aan te treffen. Ook deze vertaling mag vrij worden verveelvoudigd en openbaar gemaakt, mits (1) de tekst ongewijzigd en als geheel wordt gehandhaafd, inclusief deze inleiding en het voorwoord, (2) de vertaler wordt genoemd en (3) er voor de tekst geen vergoeding, geldelijk of anderszins, wordt verlangd.

James Allen begint met een gedicht waaruit de kern van zijn hele betoog spreekt.

Arjen van Kol.
Delft, augustus 2007.

*Denken is de meesterkracht die scheidt en kneedt
Gedachten ben je, steevast heb je beet
Je denkgerei en vorm je wat jou past
Bezorgt jezelf je eigen lust en last
Je denkt in stilte en dat krijgt gehoor
De wereld houdt je slechts een spiegel voor*

Voorwoord

Dit boekje — het resultaat van meditatie en ervaring — is niet bedoeld als een uitputtende verhandeling over het veelbeschreven onderwerp van de kracht van het denken. Het is eerder suggestief dan verklarend en heeft als streven om mannen en vrouwen te stimuleren om de waarheid te ontdekken en gewaar te worden dat “zij zelf scheppers zijn van zichzelf” krachtens de gedachten die ze kiezen en bevorderen; dat denken is de meesterwever van zowel het innerlijke tenue van het karakter, als van het uiterlijke tenue van de omstandigheden. Deze tenues, die ze tot nog toe weefden in onwetendheid en pijn, kunnen ze nu weven in klaarheid en voldoening.

JAMES ALLEN.
BROAD PARK AVENUE, ILFRACOMBE, ENGLAND

1. Denken en karakter

Het aforisme, “zoals je denkt, zo ben je in je hart”, behelst niet alleen het wezen van het menselijk bestaan, maar is zo veelomvattend dat het zich uitstrekt tot elke toestand en omstandigheid van ons leven. We zijn letterlijk *wat we denken*, waarbij ons karakter de totale som is van onze gedachten.

Net als planten voortkomen uit, en niet zouden kunnen zonder, een zaadje, zo komt iedere menselijke handeling voort uit het verborgen zaad van het denken en had zonder niet kunnen optreden. Dit geldt evenzeer voor de handelingen die we “spontaan” en “onopzettelijk” noemen, als voor die die we weloverwogen uitvoeren.

Handeling is de bloesem van het denken, en vreugde en lijden zijn er de vruchten van; aldus plukken we de zoete en zure vruchten van onze eigen teelt.

*Wij zijn hetgene dat ons denken van ons heeft gemaakt
Denken alleen brengt voort. Als wordt gedacht
In kwade zin, komt pijn erachteraan
Zoals de dag na nacht
Maar zij die fris
Integer denken, hen volgt vreugde
alsof het hun schaduw is*

Mensen zijn per definitie een product van groei, niet van kunst-en-vliegwerk, en oorzaak en gevolg is even absoluut en onomstotelijk in het verborgen rijk van het denken, als in de wereld van zichtbare en stoffelijke zaken. Een edel en verheven karakter is geen kwestie van voorrecht of toeval, maar is het natuurlijke resultaat van gedurige pogingen tot waarlijk denken, het gevolg van een langgekoesterd verbond met verheven gedachten. Een onedel en dierlijk karakter is op dezelfde manier het resultaat van het gedurig koesteren van laag-bij-de-grondse gedachten.

We maken en breken onszelf; in de wapenkamer van het denken smeden we ons de wapens waarmee we onszelf vernietigen; ook vormen we de gereedschappen waarmee we ons hemelse onderkomens van vreugde, kracht en vrede bouwen. Door de juiste keuze en zuivere aanwending van onze gedachten, klimmen we op tot goddelijke perfectie; door misbruik en onjuiste aanwending van onze gedachten, dalen we af tot onder het peil van het beest. Tussen deze twee extremen liggen alle karaktergradaties, en wij zijn er de scheppers en de meesters van.

Van alle prachtige waarheden ten aanzien van de ziel die in dit

tijdperk zijn hersteld en opgedoken, is er geen enkele zo heuglijk of vruchtbaar van goddelijke belofte en vertrouwen als deze — dat je meester bent van je denken, de vormgever van je karakter, en de schepper en modelleur van je toestand, omgeving en lotsbestemming.

Als een krachtig, intelligent en liefdevol wezen en baas van je eigen gedachten draag je de sleutel tot elke situatie en heb je het transformerend en vernieuwend vermogen in je om jezelf te maken tot wat je maar wil.

Je bent altijd de meester, zelfs in je zwakste en meest verlaten toestand; maar in je zwakte en vernedering ben je de dwaze meester die wanbeheer pleegt wat de “huishouding” betreft. Als je je toestand begint te overdenken en naarstig begint te zoeken op welke wetmatigheid je wezen gegrondvest is, dan word je de wijze meester en richt je verstandig je krachten en vorm je je gedachten tot vruchtbare uitkomsten. Zo is de *bewuste* meester en je kunt alleen zo worden door *in jezelf* de wetmatigheden van het denken bloot te leggen; dat blootleggen is volledig een kwestie van inzet, zelfanalyse en ervaren.

Alleen met veel zoeken en graven worden goud en diamanten gewonnen en je kunt alle waarheden vinden die met je wezen verbonden zijn, als je diep genoeg wroet in de mijn van je ziel; en dat je de schepper bent van je eigen karakter, de vormgever van je leven en de bouwer van je lotsbestemming zul je onvermijdelijk bewijzen, als je je gedachten zult bewaken, beheersen en veranderen, terwijl je de gevolgen ervan op jezelf, op anderen en op je leven en omstandigheden nagaat, oorzaak en gevolg met geduldige oefening en onderzoek verbindt en je elke ervaring benut, zelfs het onbeduidendste alledaagse voorval, als een middel om die zelfkennis te verwerven, die neerkomt op Begrip, Wijsheid en Kracht.

In deze en geen andere richting is de wetmatigheid onverbidlijk dat “zij die zoeken zullen vinden; voor hen die kloppen zal de deur worden geopend”, want alleen door geduld, oefening en eindeloze volharding kun je de Deur van de Tempel der Kennis binnengaan.

2. Het effect van denken op omstandigheden

Je gedachten laten zich vergelijken met een tuin, die verstandig gecultiveerd wordt of die wordt toegestaan in het wilde weg te groeien; maar of hij nu gecultiveerd of verwaarloosd wordt, die tuin moet en zal *voortbrengen*. Als er geen bruikbare zaden in worden *geplaatst*, dan zal er een overvloed van waardelose onkruidzaden in *belanden* en zal doorgaan diens soorten voort te brengen.

Zoals hoveniers hun tuin onderhouden, door hem vrij te houden van onkruid en door de bloemen en planten te kweken die ze behoeven, zo kun je je gedachtentuin verzorgen, door alle slechte, onbruikbare en onzuivere gedachten te wieden en alle goede, bruikbare en zuivere gedachten tot in perfectie te cultiveren. Door deze werkwijze te betrachten, ontdek je vroeg of laat dat je de meesterhovenier van je ziel bent en de regisseur van je leven. Ook leg je, van binnen, de wetmatigheden van je denken bloot en je doorziet met almaar toenemende nauwkeurigheid hoe de krachten en de grondslagen van het denken hun uitwerking hebben op je karaktervorming, omstandigheden en lotsbestemming.

Denken en karakter zijn één en aangezien karakter zich alleen laat openbaren en ontdekken aan de hand van je omgeving en omstandigheden, zal de uiterlijke staat van je leven altijd sonoor verbonden blijken te zijn met je innerlijke toestand. Dit betekent niet dat je omstandigheden op een bepaald moment indicatief zijn voor je *gehele* karakter, maar dat die omstandigheden zo intiem verbonden zijn met een of andere vitale gedachtecomponent binnenin je, dat ze vooralsnog onontbeerlijk zijn voor je ontwikkeling.

Je bent waar je nu bent door de wetmatigheid van je bestaan; de gedachten die je ingebouwd hebt in je karakter hebben je daar gebracht en in de inrichting van je leven is er geen toevalsfactor, maar is alles het resultaat van onfeilbare wetmatigheid. Dit geldt net zo zeer voor hen die zich “in disharmonie” voelen met hun omgeving als voor hen die er ingenomen mee zijn.

Als vooruitstrevend en zich ontwikkelend wezen, ben je waar je bent om te leren en te groeien en eens je de spirituele les die een zekere omstandigheid voor je herbergt begrepen hebt, gaat ze voorbij om plaats te maken voor nieuwe omstandigheden.

Je bent aan omstandigheden onderworpen zolang je gelooft zelf het voortbrengsel te zijn van omstandigheden van buiten — maar zodra je beseft dat je een scheppende kracht bent en dat je de verborgen akker en zaden van je wezen controleert, waaruit je omstandigheden groeien, dan word je de rechtmatige meester over jezelf.

Iedereen die wel eens voor een bepaalde tijd zijn zelfbeheersing en geweten beproefd heeft, weet hoezeer omstandigheden voortkomen uit het denken, aangezien ze bemerkt hebben dat de veranderingen in hun omstandigheden in een rechtstreekse verhouding waren tot hun veranderde geestestoestand. Dit is zo wezenlijk, dat als je je oprecht toelegt op het verhelpen van de tekortkomingen in je karakter, je dan spoedige en markante vooruitgang boekt en binnen de kortste keren een reeks veranderingen doormaakt.

De ziel trekt alles tot zich aan waaraan ze in stilte onderdak biedt — al wat ze bemint en ook al wat ze vreest. Ze stijgt zo hoog als haar gekoesterde aspiraties en valt zo diep als haar terugkerende onbeteugelde driften. Omstandigheden zijn de manier waarop de ziel zichzelf ten deel valt.

Elk gedachtezaadje, waarmee het denken bezaaid wordt of dat wordt toegestaan er bij toeval te belanden en wortel te schieten, brengt zichzelf teweeg, bloeit vroeg of laat uit in een handeling en brengt zijn eigen vruchten in termen van mogelijkheden en omstandigheden voort. Goede gedachten brengen goede vruchten voort, slechte gedachten slechte vruchten.

De buitenwereld van de omstandigheden vormt zich naar de binnenwereld van het denken en zowel prettige als onprettige omstandigheden van buitenaf vormen factoren die een bijdrage leveren aan het uiteindelijke welzijn van het individu. Je oogst kennis door zowel de vruchten te plukken van je lasten als je lusten.

Door het volgen van je diepste verlangens, aspiraties en gedachten waardoor je jezelf toelaat beheerst te worden — langs de dwaallichtjes van troebele hersenschimmen of onwandelbaar over de brede weg van sterke en edele inspanning — bereik je uiteindelijk de verwezenlijking en vervulling ervan in de uiterlijke toestand van je leven. De wetten van groei en aanpassing zijn alom van toepassing.

Iemand belandt niet in de goot of de gevangenis door de alleenheerschappij van lot en omstandigheden, maar middels het pad van smadelijke gedachten en laaghartige driften. Net zomin vervalt een onbedorven geest plots tot misdaad door enige spanning louter van buitenaf — de misdadige gedachte was al lang in stilte gevoed in het hart en het ogenblik van de gelegenheid legde de vergaarde kracht ervan bloot. Omstandigheden maken iemand niet; ze onthullen hem of haar aan zichzelf.

Er bestaan geen toestanden die ons weten te verlagen tot ondeugd en daarbijbehorend lijden, behalve onze eigen verdorven neigingen, net zoals er geen toestanden bestaan die ons weten te

verheffen tot deugd en welslagen en daarbij behorende vreugde zonder gedurige cultivering van deugdzame en succesvolle aspiraties. Daarom zijn we, als heer en meester van ons denken, de schepper van onszelf en de vormgever en aanstichter van onze omgeving.

Zelfs bij de geboorte komt de ziel tot zichzelf en met elke stap van haar aardse pelgrimstocht trekt ze die combinaties van toestanden aan die haar zelf onthullen, die de weerspiegelingen zijn van haar eigen rechtschapenheid of ontaarding, haar sterktes en zwaktes.

We trekken niet tot ons aan wat we *willen*, maar wat we *zijn*. Onze grillen, invallen en begeerten worden bij elke stap gedwardsboomd, maar onze diepste gedachten en verlangens worden gevoed met hun eigen voedsel, zij het goed dan wel slecht. De “goddelijkheid die vorm geeft aan ons fortuin” zit in onszelf; het is niets anders dan onszelf. Zo zijn alleen wij het, die onszelf de handen binden: ons denken en doen zijn de cipers van ons lot — als ze verdorven zijn leggen ze ons aan banden; tegelijk zijn ze onze engelen van de vrijheid — als ze verheven zijn bevrijden ze ons.

We krijgen niet wat we wensen of waar we om bidden, we krijgen wat we waarachtig verdienen. Onze wensen en gebeden worden alleen bewaarheid en verhoord als ze met ons denken en doen harmoniëren.

Wat is, gezien deze waarheid, dan de betekenis van “vechten tegen omstandigheden” in ons leven? Het betekent dat we gedurig rebelleren tegen een uitwendig *effect*, terwijl we tegelijkertijd de *oorzaak* in ons hart voeden en in stand houden. Die oorzaak kan de vorm aannemen van een bewuste tekortkoming of een onbewuste zwakte; maar wat het ook is, het frustreert hardnekkig de inspanningen van zijn bezitter en roept luid om een uitweg.

We willen allemaal naarstig onze omstandigheden verbeteren, maar zijn ongenegen om onszelf te veranderen — en bijgevolg blijven onze handen gebonden. Als we niet terugschrikken voor oprecht zelfonderzoek, kunnen we nooit falen bij het bereiken van de doelstelling waar onze harten op gericht zijn. Dat geldt evenzeer voor aardse als voor hemelse zaken. Zelfs als onze enige doelstelling het verwerven van rijkdom is, moeten we bereid zijn tot grote persoonlijke offers voordat we onze doelstelling kunnen bereiken — laat staan hoezeer dit geldt voor hen onder ons die een sterk en evenwichtig leven willen bewerkstelligen.

Stel je wat bedroevend arme mensen voor. Ze verlangen er gretig naar hun huiselijk comfort en omgeving verbeterd te zien, maar doorlopend veronachtzamen ze hun werk en zien zich ertoe gerechtvaardigd hun werkgevers in de luren te leggen vanwege de

ontoereikendheid van hun lonen. Deze mensen begrijpen de eenvoudige basisprincipes niet die aan de basis liggen van werkelijke welstand en zijn niet alleen geheel incapabel om hun armoede te ontstijgen, maar trekken daadwerkelijk nog slechtere omstandigheden tot zich aan door in zwakke, luie en valse gedachten voort te leven en ze in daden om te zetten.

Stel je wat rijke mensen voor die slachtoffer zijn van een pijnlijke en chronische ziekte als gevolg van vraatzucht. Ze zijn bereid grote sommen geld te betalen om hun ziekte kwijt te raken, maar willen hun buitensporige eetgewoonten niet opofferen. Ze willen hun smaak voor straffe kost in buitensporige hoeveelheden bevredigen en tegelijk gezond zijn. Zulke mensen zijn geheel incapabel tot goede gezondheid, omdat ze nog niet de eerste grondbeginselen van goede gezondheid geleerd hebben.

Stel je wat werkgevers voor die er slinkse manieren op na houden om het betalen van billijke lonen te ontlopen en, in de hoop op hogere winsten, de lonen van hun medewerkers verlagen. Deze werkgevers zijn volkomen incapabel tot welstand en als ze zichzelf failliet weten, zowel wat reputatie als bezit aangaat, geven ze de omstandigheden de schuld, zonder het benul dat ze zelf de enige aanstichters van hun stand van zaken zijn.

Ik heb deze drie gevallen louter ten tonele gevoerd om te illustreren dat mensen — zij het vrijwel steevast onbewust — de veroorzakers zijn van hun omstandigheden en dat ze, met de beste bedoelingen, voortdurend het behalen van die goede bedoelingen frustreren door gedachten en verlangens aan te moedigen die onmogelijk met die goede bedoelingen overeen te brengen zijn. Zulke gevallen laten zich in bijkans oneindige hoeveelheden variëren, maar het is niet nodig, aangezien we, als we daartoe bereid zijn, kunnen besluiten om de uitwerking van de wetmatigheden van het denken in onze eigen levens en gedachten na te gaan en tot we zover zijn, kunnen gegevens van buiten alleen nooit dienen als uitgangspunt voor gedachtegang.

Niettemin zijn omstandigheden zo ingewikkeld, zijn gedachten zo diep geworteld en loopt geluksbeleving onderling zo wijd uiteen, dat onze *complete* zielsgesteldheid, al kennen we die misschien zelf, door een ander niet ingeschat kan worden aan de hand van de uiterlijke facetten van ons leven alleen. Iemand kan misschien enerzijds eerlijk zijn en toch tekortkomen, terwijl een ander enerzijds oneerlijk is en toch rijkdom vergaart — maar de conclusie die meestal getrokken wordt dat de ene faalt *ten gevolge van zijn of haar buitengewone eerlijkheid* en de ander welvaart *dankzij zijn of haar buitengewone oneerlijkheid*, is het resultaat van een oppervlakkig oordeel, dat veronderstelt dat de oneerlijke mens nagenoeg volledig

verdorven is en de eerlijke mens nagenoeg volkomen rechtschapen is.

Bezien vanuit diepere kennis en ruimere ervaring blijken zulke oordelen onjuist. De oneerlijke mens heeft misschien een aantal kwaliteiten die de ander niet heeft en de eerlijke mens heeft misschien wat kwalijke tekortkomingen afwezig bij de ander. De eerlijke mens plukt de vruchten van zijn eerlijke gedachten en handelen; hij roept ook het lijden over zich af, dat zijn tekortkomingen voortbrengen. De oneerlijke mens oogst op dezelfde manier zijn eigen lijden en geluk.

Het streelt de menselijke ijdelheid om te geloven dat je lijdt ten gevolge van je eigen goede kwaliteiten, maar pas als we alle zieke, bittere en verdorven gedachten uit ons denken hebben uitgeroeid, kunnen we in een positie zijn om te weten en te verkondigen dat ons lijden het gevolg is van onze goede en niet van onze slechte kwaliteiten — en onderweg naar die ultieme perfectie en toch lang voor we die bereiken, zullen we werkend in ons denken en leven de machtige wetmatigheid hebben gevonden die volmaakt rechtvaardig is en daarom nooit goed voor slecht of slecht voor goed geven kan. Als we dat besef hebben, dan weten we, terugkijkend op onze onwetendheid en blindheid van voorheen, dat onze levens aldoor rechtvaardig ingericht geweest zijn en al onze vroegere ervaringen, goed en slecht, billijke uitwerkingen waren van ons zich ontwikkelende, maar nog onontwikkelde zelf.

Goede gedachten en handelingen kunnen nooit slechte resultaten voortbrengen; slechte gedachten en handelingen kunnen nooit goede resultaten voortbrengen. Het is niets meer dan te zeggen dat van koren niets kan komen dan koren, van brandnetel niets dan brandnetel. We onderkennen deze wetmatigheid in de wereld van de natuur en kunnen ermee overweg, maar slechts weinigen onderkennen haar in de wereld van het denken en de moraal, al is haar werking daar even eenvoudig en onomstotelijk, en werken er om die reden slecht mee samen.

Lijden is *altijd* op enigerlei wijs het gevolg van verkeerde gedachten. Het vormt een aanwijzing dat we met onszelf, met de wetmatigheden van ons wezen, in disharmonie zijn. Het enige en ultieme waartoe lijden kan baten is loutering, het ontbinden van al wat nutteloos en verdorven is. Voor wie puur is eindigt het lijden. Het zou geen zin hebben goud te branden als al het slak er al uit was verwijderd en een volkomen puur en klaar wezen zou onmogelijk kunnen lijden.

De omstandigheden die we met lijden tegemoet treden zijn het resultaat van onze eigen geestelijke disharmonie. De omstandigheden die we met welgevallen tegemoet treden zijn het resultaat van onze eigen geestelijke harmonie. Welgevallen, niet

materieel bezit, is de maat voor waarlijk denken; ellende, niet gebrek aan materieel bezit, is de maat voor verkeerd denken. Je kunt ellendig zijn en rijk; je kunt welgevallig zijn en arm. Welgevallen en rijkdom gaan alleen samen als de rijkdom juist en wijs gebruikt wordt en arme mensen vervallen alleen in ellende als ze hun lot zien als een last die hen ten onrechte is opgelegd.

Armoede en gebrek aan ruggengraat zijn twee uitersten van ellende. Ze zijn allebei even onnatuurlijk en het resultaat van geestelijke kwalen. We zijn niet redelijkerwijs in vorm voor we blij, gezond en welvarend zijn; en blijdschap, gezondheid en welvaart zijn het resultaat van harmonieus afstemmen van het innerlijke met het uiterlijke, van onszelf met onze omgeving.

We worden pas iemand als we ophouden met jammeren en schelden, en beginnen te zoeken naar de verborgen gerechtigheid die ons leven stuurt. En door ons denken af te leren stemmen op die sturende factor, houden we op anderen als veroorzakers van onze toestand te zien en trekken we onszelf op uit sterke en gezonde gedachten; we houden op uit te varen tegen omstandigheden en beginnen ze te *gebruiken* als bijdragen tot snellere vooruitgang en als middelen om de verborgen krachten en mogelijkheden in onszelf te ontdekken.

Wetmatigheid en niet wanorde vormt het overheersende principe in het universum; gerechtigheid en niet onrecht is de ziel en essentie van het leven; en rechtschapenheid en niet verdorvenheid is de vormende en drijvende kracht in het spiritueel bewind van de wereld. Dit betekent dat we alleen letterlijk onszelf maar 'recht hoeven zetten' om erachter te komen dat het universum rechtvaardig is; en in dat proces van onszelf rechtzetten zullen we ondervinden dat als we onze gedachten veranderen ten aanzien van mensen en zaken, dat de mensen en zaken dan zullen veranderen ten aanzien van ons.

Het bewijs van deze waarheid zit in iedere mens en laat daardoor eenvoudig onderzoek toe middels systematische introspectie en zelfanalyse. Als we radicaal onze gedachten veranderen, zullen we versteld staan van de snelle kentering die het teweegbrengt in de materiële toestand van ons leven. We denken dat onze gedachten geheim gehouden kunnen worden, maar dat kan niet; ze kristalliseren binnen de kortste keren tot gewoonten en gewoonten groeien uit tot omstandigheden.

Verdorven gedachten kristalliseren tot gewoonten van dronkenschap en boosheid, die uitgroeien tot omstandigheden van armoede en lijden. Destructieve gedachten aller aard kristalliseren tot verwarrende en energievretende gewoonten, die uitgroeien tot storende en kwalijke omstandigheden; gedachten van angst, twijfel

en besluiteloosheid kristalliseren tot zwakke en onsamenhangende gewoonten, die uitgroeien tot omstandigheden van mislukking, armoede en afhankelijkheid; luie gedachten kristalliseren tot gewoonten van onverzorgdheid en oneerlijkheid, die uitgroeien tot omstandigheden van valsheid en armoede; haatdragende en veroordelende gedachten kristalliseren tot beschuldigende en gewelddadige gewoonten, die uitgroeien tot omstandigheden van onrecht en vervolging; zelfzuchtige gedachten aller aard kristalliseren tot gewoonten van winstbejag, die uitgroeien tot netelige omstandigheden.

Mooie gedachten aller aard daarentegen, kristalliseren tot elegante en vriendelijke gewoonten, die uitgroeien tot joviale en zonnige omstandigheden; opbouwende gedachten kristalliseren tot gewoonten van gematigdheid en zelfbeheersing, die uitgroeien tot vrede en kalmte; gedachten van moed, zelfvertrouwen en besluitvaardigheid kristalliseren tot sterke en vruchtbare gewoonten, die uitgroeien tot omstandigheden van succes, overvloed en vrijheid; energieke gedachten kristalliseren tot propere en nijvere gewoonten, die uitgroeien tot omstandigheden van genoeg en welbehagen; zachtaardige en vergevensgezinde gedachten kristalliseren tot goedhartige gewoonten, die uitgroeien tot veilige en gezonde omstandigheden; liefdevolle en onzelfzuchtige gedachten kristalliseren tot gewoonten van menslievendheid, die uitgroeien tot omstandigheden van zekere en voortdurende voorspoed en ware rijkdom.

Een bepaalde gedachtegang waarin blijft volhard, of het nu een goede is of een slechte, kan er niet aan ontkomen zijn uitwerking te hebben op ons karakter en onze omstandigheden. We kunnen onze omstandigheden niet *rechtstreeks* kiezen, maar we kunnen onze gedachten kiezen en zo onrechtstreeks maar tegengesteld onze omstandigheden vormgeven.

De natuur helpt ons om de gedachten te beantwoorden die we het meest aanmoedigen, door mogelijkheden te presenteren die het snelst de goede en kwade gedachten aan de oppervlakte brengen.

Zodra we onze verdorven gedachten staken, verzacht heel de wereld ten aanzien van ons; zodra we onze zwakke en zieke gedachten opzij zetten, verschijnen overal vandaan mogelijkheden om onze sterke vastberadenheid te ondersteunen; zodra we goede gedachten aanmoedigen, zal geen wreed lot ons binden aan ellende en vernedering. De wereld is je caleidoscoop en de afwisselende kleurcombinaties, die het je op ieder geslaagd moment toont, zijn de volmaakt afgestemde beelden van je eigen immer bewegende gedachten.

*Zo word je wat je worden zult
Laat prutsers zwelgen in de waas
Als was omgeving ieders baas
Geen vrije geest die zoiets duldt*

*Geest voert de tijd en ruimte aan
Beveelt vlerk Toeval mettertijd
En dwingeland Omstandigheid
Verlaat de troon en dien voortaan*

*De menselijke Wil, sterk en obscuur
Ontsporen uit de Ziel die eeuwig leeft
Baant zich een weg tot al waar hij naar streeft
Al wacht er menige betonnen muur*

*Verval niet steeds in ongeduld
Maar wacht als iemand die doorziet
Zodra de geest komt en gebiedt
Wordt het van hogerhand vervuld*

3. Het effect van denken op gezondheid en het lichaam

Het lichaam is de dienaar van de geest. Het gehoorzaamt de verrichtingen van de geest, of die nu moedwillig gekozen zijn of onwillekeurig geuit worden. Op bevel van ongezonde gedachten, daalt het lichaam binnen de kortste keren af tot ziekte en verval; op gezag van blijde en mooie gedachten wordt het gekleed met jeugdigheid en schoonheid.

Ziekte en gezondheid zijn net als omstandigheden geworteld in het denken. Zieke gedachten zullen zich uiten door een ziek lichaam. Van angstgedachten is bekend dat ze mensen ombrengen zo snel als een kogel en duizenden mensen worden er net zo zeer door omgebracht, zij het minder snel. Mensen die leven in angst voor ziekte zijn de mensen die ze krijgen. Bezorgdheid demoraliseert allengs het hele lijf en zet de deur open voor ziektes; verdorven gedachten, zelfs die waaraan niet fysiek wordt toegegeven, zullen gauw inwerken op het zenuwstelsel.

Sterke, zuivere, en blijde gedachten bouwen krachtig en genadig het lichaam op. Het lichaam is een teer en kneedbaar werktuig en reageert dadelijk op gedachten waardoor het beïndrukt is en denkgewoonten zullen hun eigen gevolgen erop bewerkstelligen, zowel goede als slechte.

Mensen zullen onzuiver en verontreinigd bloed houden, zolang ze onzuivere gedachten voortbrengen. Uit een zuiver hart komt een zuiver leven en een zuiver lichaam. Uit een bezoedelde geest volgt een bezoedeld leven en een verdorven lichaam. Denken is de bron van handeling, leven en uiting; maak de bron puur en alles zal puur zijn.

Een verandering van eetpatroon zal niet helpen bij hen die hun gedachten niet veranderen. Als onze gedachten zuiver zijn, verlangen we niet langer onzuiver etenswaar. Zuivere gedachten maken zuivere gewoonten. Zij die hun gedachten gesterkt en geklaard hebben hoeven geen kwaadwillende microbe te vrezen.

Wil je je lichaam vervolmaken, bewaak dan je denken. Wil je je lichaam doen herleven, verfraai dan je gedachten. Gedachten van boosaardigheid, afgunst, teleurstelling en moedeloosheid beroven het lichaam van zijn gezondheid en genade. Een zuur gezicht ontstaat niet bij toeval; het is gemaakt door zure gedachten. Ontsierende rimpels worden getrokken door dwaasheid, lijden en trots.

Ik ken een vrouw van negenenzestig met een fris onschuldig kindergezicht. Ik ken een man ver onder middelbare leeftijd met een gezicht opgetrokken uit wilde contouren. Het ene is het resultaat van een zonnige gezindheid; het andere is de uitkomst van

lijden en ontevredenheid.

Zoals je geen aangename en heilzame woonplek hebben kunt zonder er vrijelijk lucht en zonlicht binnen te laten, zo kan een sterk lichaam en een fris, blij of vredig gezicht alleen het resultaat zijn van vrije toegang van gedachten van blijdschap, welwillendheid en klaarheid tot het denken.

Op de gezichten van ouderen zijn rimpels die gemaakt zijn door sympathie, andere door sterk en zuiver denken en andere zijn uitgesneden door negatieve emoties — wie kan ze niet onderscheiden? Want zij die rechtschappen hebben geleefd, worden kalm, vredig en mild gerijpt ouder, zoals de ondergaande zon.

Kort geleden zag ik een filosoof op zijn sterfbed. Hij was niet oud, behalve in jaren. Hij stierf zo genadig en vredig als hij geleefd had.

Er bestaat geen betere dokter om de ziektes uit het lichaam te verdrijven dan opgewekt denken; er bestaat geen troost om de schaduwen van kommer en verdriet te verjagen die de vergelijking met welwillendheid aankan. Voortdurend leven in gedachten van wrok, cynisme, verdenking en afgunst betekent opgesloten zitten in een zelfgemaakte gevangenis. Maar van alles het goede te denken, over alles opgewekt te zijn, geduldig te leren in alles het goede te vinden — zulke onzelfzuchtige gedachten zijn de ware poorten tot de hemel. Dag in dag uit verkeren in gedachten van vrede ten aanzien van elk schepsel zal de bezitter ervan overvloedige vrede brengen.

4. Denken en doelgerichtheid

Totdat denken verbonden wordt met doelgerichtheid is er geen intelligente verdienste. Bij de meeste mensen mag het vlot van de gedachten dobberen op de oceaan van het leven. Richtingloosheid is een ondeugd en zulk dobberen moet niet voortduren voor hen die rampspoed en ondergang willen vermijden.

Zij die geen hoofddoel in hun leven hebben vallen eenvoudig ten prooi aan kleinzielige zorgen, angsten, narigheid en zelfmedelijden, wat allemaal indicaties van zwakte zijn en die evenzeer als weloverwogen misdaden (zij het via een andere route) leiden tot mislukking, ongeluk en verlies, aangezien zwakte niet kan blijven voortbestaan in een aan de hand van kracht evoluerend universum.

We moeten in ons hart een gerechtvaardigd doel concipiëren en ons ertoe zetten het te verwezenlijken. We zouden dit doel tot het kernpunt van onze gedachten moeten maken. Het kan de vorm aannemen van een spiritueel ideaal of van een materieel object, naar gelang onze aard op dat moment; maar wat het ook is, we zouden vastberaden onze gedachte-energieën moeten concentreren op het doel wat we ons gesteld hebben. We zouden dit doel onze opperste opdracht moeten maken en onszelf wijden aan het realiseren ervan, zonder de gedachten te laten afdwalen richting efemere grillen, begeerten en inbeeldingen.

Dit is de koninklijke weg van zelfbeheersing en ware concentratie van het denken. Zelfs als we bij herhaling mislukken in het bereiken van ons doel — wat we noodzakelijkerwijs moeten totdat we onze zwakte te boven komen — zal de gewonnen *sterkte van karakter* de maat zijn voor ons *ware succes* en dit zal een nieuw beginpunt vormen voor toekomstige kracht en triomf.

Zij die niet klaar zijn om een *groot* doel op te vatten dienen hun gedachten te fixeren op de foutloze uitvoering van hun taken, ongeacht hoe onbelangrijk die ogen mogen. Alleen zo kunnen de gedachten verzameld en geconcentreerd worden en vastberadenheid en kracht worden ontwikkeld en als dat eenmaal bewerkstelligd is, is er niets onbereikbaar.

De zwakste ziel, de eigen zwaktes kennende, en gelovend in deze waarheid — dat *kracht alleen ontwikkeld kan worden door inzet en oefening* — zal zich plots beginnen in te spannen en zal door inspanning te vermeerderen met inspanning, geduld met geduld, kracht met kracht, nooit ophouden zich te ontwikkelen en zal uiteindelijk groeien tot goddelijke sterkte.

Zoals lichamelijk zwakke mensen zich sterk kunnen maken door zorgvuldige en gedurige oefening, zo kunnen mensen met zwakke gedachten zich sterk maken door zich te oefenen in waarlijk

denken.

Richtingloosheid en zwakte overboord gooien en beginnen doelgericht te denken is het toetreden tot de rangen van de sterken, die mislukking alleen als de weg naar bedrevenheid erkennen, die alle omstandigheden bruikbaar maken en die sterk denken, onbevreesd proberen en meesterlijk slagen.

Zodra we ons doel beraamd hebben, horen we geestelijk een *recht* pad naar het bereiken ervan af te bakenen, zonder rechts of links te kijken. Twijfels en angsten horen hardhandig te worden buitengesloten; ze zijn ontregelende factoren die de rechte lijn van inspanning opbreken en tot een kromme, vruchteloze en onbruikbare maken.

Gedachten van twijfel en vrees hebben nooit iets opgeleverd en kunnen dat ook nooit. Ze leiden steevast tot mislukking. Doelgerichtheid, energie, wil tot handelen en alle sterke gedachten stoppen als twijfel en vrees binnensluipen.

De wil om te handelen komt voort uit het besef dat we *kunnen* handelen. Twijfel en vrees zijn de grote vijanden van besef en zij die hen aanmoedigen, hen niet vellen, dwarsbomen zichzelf bij iedere stap.

Zij die twijfel en vrees overwonnen hebben, hebben mislukking overwonnen. Elk van hun gedachten is verbonden met kracht en alle moeilijkheden worden moedig tegemoet getreden en te boven gekomen. Al hun doelen zijn op het juiste moment geplant en ze bloeien en brengen vruchten voort die niet voortijdig op de grond vallen.

Denken onbevreesd verbonden met doelgerichtheid wordt een scheppende kracht; zij die dit *beseffen* zijn klaar om iets hogers en sterkers te worden dan louter bosjes wankelende gedachten en schommelende gewaarwordingen; zij die dit *doen* — hun gedachten onbevreesd verbinden met hun doelen — worden de bewuste en intelligente bestuurders van hun eigen geestelijke vermogens.

5. De rol van denken in prestatie

Alles wat je bereikt en alles wat je mislukt is het rechtstreekse gevolg van je eigen gedachten. In een rechtvaardig geordend universum, waar verlies van evenwicht algehele verwoesting zou betekenen, moet persoonlijke verantwoordelijkheid absoluut zijn. Je zwakte en sterkte, je rechtschapenheid en verdorvenheid zijn de jouwe en niet die van iemand anders; ze zijn door jezelf teweeggebracht en niet door iemand anders; en ze kunnen alleen door jezelf veranderd worden, nooit door iemand anders. Je toestand is ook de jouwe en niet die van iemand anders. Je lijden en blijdschap ontwikkelen van binnenuit. Zoals je denkt, zo ben je; zoals je doorgaat met denken, zo blijf je.

Sterkere mensen kunnen de zwakkeren niet helpen, behalve als de zwakkeren *ertoe bereid zijn* geholpen te worden en zelfs dan moeten de zwakkeren van zichzelf sterk zijn; ze moeten door hun eigen inspanningen de vermogens ontwikkelen die ze in anderen bewonderen.

Onderdrukkers evenzeer als onderdrukten werken zonder het te weten samen en terwijl ze elkaar dwars lijken te zitten, zitten ze in werkelijkheid zichzelf dwars. Een volmaakt begrip doorziet de wetmatigheid in de zwakte van de onderdrukten en in het misplaatste gezag van de onderdrukker; een volmaakte liefde, bij het overzien van het lijden dat beide standpunten met zich mee brengen, veroordeelt geen van hen; een volmaakt erbarmen omhelst zowel onderdrukker als onderdrukten.

Zij die zwakte overwonnen hebben en hun zelfzuchtige gedachten overboord gegooid hebben, behoren niet tot de onderdrukkers of tot de onderdrukten. Ze zijn vrij.

We kunnen ons alleen verheffen, overwinnen en presteren door onze gedachten te verheffen. We kunnen alleen zwak, karakterloos en ellendig blijven door te weigeren onze gedachten te verheffen.

Voor we ook maar iets kunnen bereiken, zelfs wereldlijke zaken, moeten we onze gedachten verheffen boven slaafse zinnelijke zuchten. We hoeven niet *alle* zinnelijkheid en zelfzucht op te geven om te slagen, maar van tenminste een deel ervan moet afstand worden gedaan. Als onze overheersende gedachten slaafse driften zijn, kunnen we niet helder denken of methodisch plannen; we kunnen dan onze verborgen hulpbronnen niet vinden en ontwikkelen en zo mislukt ons elke onderneming. Zonder te beginnen om doeltreffend onze gedachten te beheersen, zijn we niet in een positie om zaken in de hand te houden en serieuze verantwoordelijkheden op ons te nemen. We zijn niet bekwaam om onafhankelijk te handelen en op eigen benen te staan. Maar we zijn

alleen beperkt door de gedachten die we kiezen.

Er kan geen vooruitgang zijn en geen verdienste zonder een bepaalde mate van opoffering en ons wereldlijk succes zal rechtstreeks in verhouding staan tot de mate waarin we warrige slaafse gedachten overwinnen en ons denken fixeren op de ontwikkeling van plannen en de versterking van onze vastberadenheid en zelfstandigheid. En hoe hoger we onze gedachten verheffen, hoe oprechter, rechtschapener en idealistischer we worden, hoe groter ons succes zal zijn en hoe gelukzaliger en duurzamer onze verdiensten zullen zijn.

Het universum is de gierigen, oneerlijken en wreden niet gunstig gezind, al lijkt dat oppervlakkig gezien misschien soms zo; het helpt de eerlijken, grootmoedigen en deugzamen. Alle grote leermeesters hebben dit door de eeuwen heen op velerlei wijs verkondigd en om het te bewijzen en beseffen hoeven we slechts te volharden in het deugdzamer maken van onszelf en het verheffen van onze gedachten.

Intellectuele verdiensten zijn het resultaat van gedachten die zijn toegewijd aan de zoektocht naar kennis of naar het ware en schone in het leven en de natuur. Zulke verdiensten kunnen soms verbonden zijn met ijdelheid en ambitie. Toch zijn ze niet de uitkomst van deze karaktertrekken, maar ze zijn het natuurlijke uitvloeisel van lange en zware inspanning en pure en onzelfzuchtige gedachten.

Spirituele verdiensten zijn de vervulling van heilige aspiraties. Zij die hun leven voortdurend voeden met edele en verheven gedachten, zij die stilstaan bij alles wat puur is en onzelfzuchtig, zullen, zo zeker als de zon haar top bereikt en de maan vol is, wijs worden en edel van karakter en opklimmen tot rangen van gezag en gelukzaligheid.

Verdienste, van wat voor soort ook, is de kroon van inspanning, het diadeem van denken. Dankzij doeltreffend denken, volharding, zelfbeheersing en rechtschapenheid verheffen we ons; middels luiheid, gebrek aan zelfbeheersing en een diffuse gedachten verlagen we ons.

We kunnen klimmen tot grote successen in de wereld en zelfs tot verheven hoogten in het spirituele rijk en dan afzakken tot zwakte en ellende door aan arrogantie, zelfzucht en verdorvenheid toe te staan onze gedachten te vergiftigen.

Overwinningen behaald door gedegen denken kunnen alleen gehandhaafd worden door waakzaamheid. Velen zwichten als succes verzekerd is en vallen binnen de kortste keren terug tot mislukking.

Alle verdiensten, of het nu is in de zakelijke, verstandelijke of spirituele wereld, zijn het resultaat van nauwgezet gericht denken en worden geregeerd door dezelfde wetmatigheid en vergen dezelfde methode; het enige verschil bestaat uit *het nagestreefde doel*.

Zij die weinig zouden willen volbrengen, hoeven maar kleine offers te brengen; zij die veel willen bereiken moeten grote offers brengen; zij die het uiterste willen halen moeten verregaande offers brengen.

6. Dromen en idealen

De dromers zijn de redders van de wereld. Zoals de zichtbare wereld wordt gedragen door het onzichtbare, zo wordt de mensheid, gedurende al haar beproevingen, dwalingen en lijden, gevoed door de mooie droombeelden van haar eenzame dromers.

De mensheid kan haar dromers niet vergeten; ze kan hun idealen niet laten verwelken en sterven. Ze woont in hen; ze kent hen als de *waarheden* die ze op een dag zal zien en kennen.

Componist, beeldhouwer, schilder, dichter, profeet, wijsgeer, dit zijn de scheppers van het hiernamaals, de architecten van de hemel. De wereld is mooi doordat zij leefden; zonder hen zou de ploeterende mensheid te gronde gaan.

Zij die een mooi droombeeld koesteren, een verheven ideaal in hun harten, zullen het op een dag verwezenlijken. Columbus koesterde een droombeeld van een andere wereld en hij ontdekte haar; Copernicus ervoer een droombeeld van een veelheid aan werelden en een ruimer universum en hij bracht haar aan het licht; Boeddha zag het droombeeld van een spirituele wereld van feilloze schoonheid en volmaakte vrede en betrad haar.

Koester je droombeelden; koester je idealen; koester de muziek die je hart roert, de schoonheid die zich vormt in je geest, de pracht die je fijnste gedachten drapeert, want daaruit zullen alle verrukkelijke omstandigheden groeien en elke hemelse omgeving; daaruit zal, als je ze trouw blijft, je wereld uiteindelijk worden opgebouwd.

Begeren betekent verkrijgen; aspireren betekent bereiken. Zullen onze laagste begeerten de hoogste graad van voldoening ontvangen en zullen onze puurste aspiraties verhongeren bij gebrek aan voeding? Zo is de wetmatigheid van het universum niet; zo'n stand van zaken kan nooit de regel zijn. "Vraag en je zult ontvangen".

Droom verheven dromen en zoals je droomt zo zal je geschieden. Je droombeeld is de belofte van wat je op een dag zult zijn; je ideaal is de voorspelling van wat je tenslotte zult openbaren.

De grootste verdienste was eerst en voor een tijdje een droom. De eik slaapt in het eikeltje; de vogel wacht in het ei; en in het opperste droombeeld van de ziel staat een ontwakende engel op. Dromen zijn de zaailingen van werkelijkheden.

Je omstandigheden kunnen onaangenaam zijn, maar ze zullen het niet lang blijven als je maar een ideaal ontwaart en nastreeft het te bereiken. Je kunt niet *van binnen* reizen en *van buiten* stil blijven staan.

Stel je een jonge vrouw en een jonge man voor, beiden gebukt

onder armoede en last, van 's morgens vroeg tot 's avonds laat opgesloten in een ongezonde werkplaats en tekortkomend in scholing en ontwikkeling. Maar allebei dromen ze van verbetering; ze denken aan intelligentie, aan ontwikkeling, aan elegantie en schoonheid. Ze stellen zich een beeld voor van, bouwen in hun geest, ideale leefomstandigheden; het droombeeld van grotere vrijheid en een ruimer gezichtsveld neemt bezit van hen; onrust maant hen tot handelen en ze benutten al hun vrije tijd en middelen, hoe schaars ook, voor de ontwikkeling van hun latente krachten en rijkdommen.

Allengs is hun denken zo veranderd dat de werkplaats hen niet langer houden kan. Die is zo uit overeenstemming geraakt met hun mentaliteit, dat ze verdwijnt uit hun leven als was het een afgeworpen gewaad en ze laten haar, met de groei van mogelijkheden passend bij de reikwijdte van hun toenemende vermogens, voor altijd achter hen.

Jaren nadien zien we hen als volwassen mensen. We treffen hen aan, ieder op hun eigen unieke wijze, als meesters van bepaalde krachten van de geest, die ze hanteren met wereldwijde invloed en bijkans ongeëvenaarde macht. Ze hebben de touwtjes in handen van immense verantwoordelijkheden; ze spreken en levens veranderen; mannen en vrouwen hangen aan hun lippen en weten hun karakter hervormd, ze worden het vaste en verlichte middelpunt waarom eindeloos vele lotsbestemmingen wentelen. Ze hebben het droombeeld van hun jeugd verwezenlijkt. Ze zijn één geworden met hun idealen.

En ook jij, jeugdige lezer, zult het droombeeld — niet de stille wens — van je hart verwezenlijken, of het nu vuig is of fraai, of een beetje van allebei, aangezien je altijd zult neigen naar wat je heimelijk het meest liefhebt. In je handen zul je de precieze resultaten gelegd krijgen van je eigen gedachten; je zult krijgen wat je verdient, niet meer, niet minder.

Hoe je huidige omgeving ook zijn mag, je zult vallen, stand houden, of opklimmen met je gedachten, je droombeeld, je ideaal. Je zult zo klein worden als je dwingende begeerten; je zult zo groot worden als je overheersend streven.

In de fraaie woorden van Stanton Kirkham Davis,

“Je kunt aan het boekhouden zijn en pardoes zul je de deur uitlopen die zo lang de belemmering van je ideaal scheen en zul je jezelf voor een publiek weten — de pen nog achter het oor, de inktvlekken op je vingers — en onmiddellijk zal de vloedgolf van je inspiratie zich uitstorten.

Je kunt aan het schapenhoeden zijn en je zult naar de stad kuieren — herderlijk en met open mond; je zult onder koene geleide van de geest de

kamer van de meester binnenkuieren en na een tijd zal hij zeggen: 'Ik heb je niets meer te leren'. En nu ben jij de meester geworden, die nog zo kortgeleden droomde van grootse zaken onder het schapenhoeden. Je zult de zaag en de schaaf neerleggen om de herschepping van de wereld op je te nemen."

De onnadenkenden, de onwetenden en de luiards, die alleen de ogenschijnlijke gevolgen van dingen zien en niet de dingen zelf, spreken van geluk, van voorspoed en van toeval. Zien ze mensen rijk worden, roepen ze: "Wat hebben zij een geluk!" Zien ze anderen voorname geleerden worden, roepen ze uit: "Wat zijn zij goed bedeed!" Valt hen het vrome karakter en de grote invloed op anderen op, merken ze op: "Wat hebben zij toch telkens weer geluk!"

Ze zien niet de beproevingen, mislukkingen en worstelingen die deze mensen onvrijwillig tegenkwamen om ervaring te winnen; ze weten niet van de offers die ze brachten, van de onverschrokken inspanningen die ze hebben geleverd, van het vertrouwen dat ze hebben betracht, dat ze het ogenschijnlijk onoverkoombare te boven zouden komen en het droombeeld van hun hart zouden verwezenlijken.

Ze kennen de duisternis niet en het hartzeer; ze zien alleen het licht en de vreugde en noemen het "geluk"; ze zien de lange en zware onderneming niet, maar alleen het prettige doel en noemen het "voorspoed"; ze begrijpen de toedracht niet, maar beschouwen het resultaat en noemen het "toeval".

In alle menselijke kwesties zijn er *inspanningen* en *resultaten* en de kracht van de inspanning is de mate van resultaat. Het is geen toeval. Zogenaamde "gaves", vermogens en materiële, intellectuele en spirituele rijkdom zijn de vruchten van inspanning; ze zijn vervulde gedachten, verwezenlijkte doelen en waargemaakte droombeelden.

Het droombeeld dat je verheerlijkt in je geest, het ideaal dat je installeert in je hart — dit is waarmee je je leven zult bouwen en dit is wat je worden zult.

7. Sereniteit

Geestelijke kalmte is één van de mooiste juwelen van wijsheid. Ze is het resultaat van lange en geduldige inspanning tot zelfbeheersing. Haar aanwezigheid duidt op gerijpte ervaring en op ongekend besef van de wetmatigheden en uitwerkingen van denken.

Kalmte doordringt ons in de mate waarin we beseffen hoezeer we uit gedachten ontwikkelde wezens zijn, aangezien dat besef het begrip vergt hoezeer anderen het resultaat zijn van denken; ontwikkelen we eenmaal een goed begrip en zien we steeds helderder de onderlinge verbanden van zaken door de werking van oorzaak en gevolg, dan houden we op met zieken en zieden, met krenken en kniezen en blijven we in balans, standvastig en sereen.

Mensen die kalm zijn, geleerd hebben zich te beteugelen, weten hoe zich aan te passen aan anderen; deze anderen, op hun beurt, waarden de geestelijke kracht van de kalmen en beseffen van hen te kunnen leren en op hen te kunnen vertrouwen.

Hoe bedaarder we raken, hoe groter ons succes, onze invloed, ons vermogen tot goed doen. Zelfs de gewoonste kooplui, bij voorbeeld, zullen hun welzijn zien toenemen met het ontwikkelen van grotere zelfbeheersing en evenwichtigheid, aangezien mensen altijd verkiezen te handelen met mensen met prettige en afgewogen manieren.

Sterke kalme mensen zijn immer geliefd en geacht. Ze zijn als bomen die schaduw bieden in een dorstig land of als een rots die beschutting biedt in een storm.

Wie houdt niet van een bedaard hart, een goedgehumeurd, evenwichtig leven? Het maakt geen verschil, regen of zonneschijn, of wat voor veranderingen hen die zulke zegeningen bezitten overkomen, aangezien ze altijd zachtmoedig, vredig en kalm zijn. Dat uitgelezen karakterevenwicht dat we sereniteit noemen vormt de laatste les van onze beschaving; het is de bloei van het leven, de oogst van de ziel. Het is zo kostbaar als wijsheid en wenselijker dan goud — ja zelfs zuiver goud. Hoe onbelangrijk oogt streven naar geld vergeleken bij een sereen leven — een leven dat huist in een oceaan van waarheid, onder de golven, voorbij de greep van de stormen in de eeuwige kalmte!

Hoeveel mensen kennen we niet die hun eigen leven zuur maken, die al wat zoet en mooi is verwoesten met hun opvliegende buien, die het karakterevenwicht verstoren en kwaad bloed zetten! De vraag is of niet de meerderheid van de mensen hun leven verwoesten en hun plezier bederven door gebrek aan besef en zelfbeheersing. Hoe weinig mensen komen we tegen in het leven die uitgebalanceerd zijn, die een uitgelezen evenwicht hebben dat

zo kenmerkend is voor een onberispelijk karakter!

Ja, de mensheid deint mee met onbeheerste woede, is onstuimig met tomeloos leed, wordt heen en weer geslingerd door onrust en twijfel. Alleen de waarlijk wijzen, wier gedachten beheerst zijn en gezuiverd, weten de windvlagen en stormen van de ziel tot de orde te roepen.

Dolende zielen, onderworpen aan de wil van de wind, waar jullie ook zijn, onder wat voor omstandigheden jullie ook leven, weet dit:

In de oceaan van het leven lachen de eilanden van gelukzaligheid je toe en de zonnige kust van je ideaal verwacht je komst. Houd je hand stevig aan het roer van je gedachten.

In het schip van je ziel rust de bevelvoerende Meester – hij slaapt alleen; maak hem wakker.

Zelfbeheersing is macht; waar denken is meesterschap; kalmte is kracht.

Zeg tot je hart: “Vrede, wees stil!”