

WILLIAM WALKER ATKINSON

O PODER
INFINITO
DA MENTE

Tradução de
Luís Filipe Pontes

alma
dos
livros

Índice

Prefácio 15

O Meu Credo 25

Um

A Lei da Atração no Mundo do Pensamento.... 29

Uma grande Lei – O pensamento, uma manifestação de energia – O poder do pensamento – As vibrações de luz e de calor diferem apenas na taxa de vibração – O cérebro humano, único instrumento capaz de registrar as vagas do pensamento – Experiências na área da telepatia que comprovam a relação pensamento-atração – Os semelhantes atraem-se no mundo do pensamento – A telegrafia sem fios da mente – Um campo de energia com leis estabelecidas

Dois

As Ondas do Pensamento e o Seu Poder
de Reprodução..... 37

Como as ondas do pensamento sulcam o Mar da Mente – O poder da autorreprodução – Vibrações que nos afetam – Aquelas que não o fazem – Porquê? – Somos quem pensamos ser – A intervenção dos pensamentos

dos outros na moldagem do nosso destino – O funcionamento da Lei da Atração ilustrado pelos instrumentos sem fios de Marconi – A mente possui muitos graus de inclinação – Pensamento positivo – Pensamento negativo – Somos positivos para alguns e negativos para outros – O conhecimento da Lei da Mente pode transformar-nos, de negativos para positivos – Existem mais pessoas no plano negativo do que no plano positivo – Em consequência, há mais vibrações negativas de pensamento – Como contrabalançá-las – Autoafirmações, autossugestões e as suas utilizações – Criar novas atitudes mentais – Desenvolver o Querer – Uma tensão elevada que nem sempre é desejável – A vantagem de passar de positivo para recetivo, quando se quiser

Três

Uma Conversa Sobre a Mente 47

O ser humano só possui uma mente – Funções ao longo de duas linhas de esforço mental – O esforço passivo resulta com frequência de impulsos vibratórios transmitidos em tempos remotos – O esforço ativo renascido – O impulso do pensamento e do movimento são resultado do esforço ativo – A função ativa cria, a função passiva segue ordens e sugestões – A função ativa transmite vibrações – A força do Hábito – A apetência – O impulso da causa primária – A «Força Vital» – Cultura mental e desenvolvimento mental, duas coisas diferentes – A recetividade da Mente ao Querer – O Querer, manifestação exterior do EU SOU – A atração do ABSOLUTO – O homem a sério, um mestre – As funções ativa e passiva são meras ferramentas

Quatro

O Desenvolvimento da Mente..... 55

O Poder humano – Desenvolvimento inconsciente da mente – O «EU», senhor da mente – O Querer Universal – A dominação do Eu Inferior – A mente mal governada por capacidades irresponsáveis – O restabelecimento da ordem no reino da mente – A primeira batalha – A conquista do Eu Inferior pelo Eu Verdadeiro – Afirmação e exercício

Cinco

O Segredo do Querer 61

A Força do Querer e a sua capacidade de ser desenvolvida, disciplinada, controlada e dirigida – Potencialmente, todo o ser humano possui uma grande força de vontade – O grande poder da Força do Querer Universal – O Querer não precisa de ser exercitado, mas a Mente precisa – A Mente, um instrumento – Pessoas mentalmente indolentes – Um forte Querer segue-se a um forte desejo – O preço da realização – A verdadeira prova – O segredo do desenvolvimento do Querer – Autossugestão e exercício

Seis

Como Ser Imune à Atração de Pensamentos Prejudiciais..... 69

A primeira coisa a fazer – Pensamentos temerosos – A forte expectativa, um íman poderoso – O homem que teme – Como ultrapassar o hábito do Medo – Negar um pensamento negativo é uma perda de tempo – A atitude mental correta – Pôr novas vibrações em movimento – A conquista do Medo é o primeiro passo importante – A positividade vencerá

Sete

A Transformação do Pensamento Negativo 77

A Preocupação, filha do Medo – O motivo subjacente à ação – As causas que resultam em sucesso – Como age o Desejo – A Preocupação negativa e causadora de morte – O Desejo e a Ambição positivos e produtores de vida – A transformação da Preocupação – Ficar em harmonia com as vibrações de pensamento certas – Desencadear a Lei da Atração – O Medo paralisa o Desejo – Quando nos livramos dele, a dificuldade desaparece – O funcionamento de uma Lei poderosa – As coisas com que nos preocupamos – O armazenamento de energia – Onde estão as coisas temidas? – Existem maneiras melhores de ultrapassar pensamentos inaceitáveis do que combatê-los

Oito

A Lei do Controlo da Mente..... 85

Os pensamentos, servos fiéis ou mestres tirânicos – Parte do nosso melhor trabalho mental acontece enquanto a nossa mente consciente descansa – A chave para o mistério – O homem que sabe gerir o seu motor mental – «Desacelerar» a mente

Nove

Autoafirmar a Força Vital 89

A necessidade de um despertar geral – Deixemos a Vida correr em nós, manifestando-se nos pensamentos, nas palavras e nos atos – A expressão da vida consciente – Autoafirmação e Exercício

Dez

Treinar os Hábitos 93

A mente subconsciente – A importância de se transmitirem impulsos adequados – Hábitos automáticos – «Qual destas duas opções escolherei?» – Criar um hábito novo – Acabar com um hábito antigo – A ideia do «só uma vez» – A mente, um pedaço de papel – Dobras mentais

Onze

A Psicologia das Emoções 97

Emoções que dependem em grande parte de hábitos – Podem ser reprimidas, aumentadas, desenvolvidas e transformadas – Quando dominar uma emoção indesejável – O ciúme – O seu crescimento – A raiva – O hábito de nos sentirmos e de agirmos de forma «malvada» – A preocupação – O pensamento continuado manifesta-se na ação – «Encontrar culpas» – O «inoportuno» crónico – As emoções negativas e a sua recorrência – Como sufocar esses hábitos

Doze

Desenvolver Novas Células Cerebrais 103

Estados sentimentais indesejáveis – Não somos criaturas das nossas emoções – A maior parte da raça é assim governada, em grande medida – O homem, o verdadeiro senhor das suas emoções – O desenvolvimento de novas células cerebrais – O desuso de antigas células cerebrais e as suas manifestações indesejáveis – O cérebro, órgão e instrumento da Mente – As nossas tendências, temperamentos e predisposições – Milhões de células cerebrais não usadas

– Atitudes mentais adquiridas ou postas de parte conforme queremos – A mente abre o caminho para bons pensamentos e resiste àqueles que são prejudiciais – Um pensamento positivo contraria vários pensamentos negativos – «Reter o pensamento» – Como cultivar um certo hábito de agir – A eliminação de uma característica mental

Treze

O Poder de Atração – A Força do Desejo..... 111

Fugas mentais – O homem ou mulher em busca de sucesso – Quando a Força da Mente melhor atua – A Mente age no subconsciente, conforme a paixão ou o desejo dominante – A dispersão do poder do pensamento – Sair de uma corrente de atração – A minha experiência pessoal – O «Amor» está no fundo da vida inteira – As chamadas «afinidades químicas» – O desejo, manifestação deste Amor Universal da Vida

Catorze

As Grandes Forças Dinâmicas 117

Diferença entre os homens fortes e bem-sucedidos e os homens fracos e malsucedidos – Energia e Determinação Invencível – A Energia não é rara – Força nervosa desperdiçada – O Querer humano – Uma grande força dinâmica – As pessoas bem-sucedidas – Serão elas «comuns», afinal? – Feitas da mesma matéria dos outros que as rodeiam – Onde reside a sua grandeza? – A crença em si próprias – A utilização correta da parte material – O «truque» da grandeza – As coisas boas que se encontram trancadas na mente – Reservas inesgotáveis

Quinze

Reivindicar o Que é Nosso..... 125

Nada é suficientemente bom – A nossa herança direta – Perdem-se grandes coisas por não as pedirmos – A Lei leva-nos a sério – Somos uma manifestação do Tudo – Temos de nos aperceber primeiramente de que pedimos apenas aquilo «que é nosso» – A Lei seguirá o seu curso – O hipnotismo da «humildade» – As coisas grandiosas do Cosmos que aguardam que cresçamos – Os brinquedos da vida – As nossas tarefas de jogo – A diferença entre o Mestre das Circunstâncias e o Escravo das Circunstâncias

Dezasseis

É Uma Lei, Não é Um Acaso 133

O Poder Atrativo do Pensamento – «Uma questão de sorte» – Uma demonstração magnífica da Lei da Atração – Uma forte crença é tão eficaz como um forte desejo – O homem bem-sucedido – O homem que fracassa – O Acaso não existe – A Lei em toda a parte – Plano e propósito; causa e efeito – As vibrações certas – Entrar na corrente

Prefácio

Recebi uma carta de um aplicado estudante do *Novo Pensamento*, que me escreveu a dizer que está a planear pôr em prática os ensinamentos que defendo. Isso está muito bem – julgo que obterá alguns bons resultados com essa prática (*eu* obtenho). Mas eis o problema – ele prossegue a missiva, afirmando ser um «fiel discípulo» meu e ficar satisfeito por se «sentar aos pés do Mestre.» Bom, peço desculpa pela linguagem, mas tenho de dizer que esse tipo de conversa «me cansa». Não desejo ter «discípulos» – discípulos são meros papagaios que repetem aquilo que dizemos, são meras ovelhas humanas que trotam atrás de um qualquer velho pastor arrogante. Não quero assumir o papel de tal pastor, nem desejo nenhum rebanho de ovelhas humanas a trotar atrás de mim. Quero que todos os meus colegas estudantes da Ciência da Mente sejam os seus próprios pastores. Mas não gosto desta conversa de mestres e discípulos, de líderes e seguidores, desta conversa e da ideia de dependência.

Quanto a alguém sentar-se aos pés de outrem, a ideia desperta em mim todo o espírito de independência. Não me quero sentar aos pés de ninguém – e não quero que ninguém se sente aos meus. Estou disposto, e fico frequentemente contente, por ouvir um professor e tomar dos seus ensinamentos os pedacinhos de verdade que a minha mente esteja preparada para receber. Estou disposto a dizer «não sei» e a aceitar de outros aquilo que me atraia como sendo verdade; não porque o outro afirme que aquilo que diz seja verdade, mas porque a minha mente o reconhece como sendo verdade. Tomo aquilo que é meu onde quer que o encontre, porque o reconheço como sendo meu. Sei que todos os alunos e professores obtêm o seu conhecimento a partir da única fonte – não o podem obter a partir de um qualquer outro lugar. E, se alguém vê um pedaço de verdade antes de mim, aceito satisfeito uma parte dele, venha ele das mãos de um rei ou de um mendigo; e, se acontecer que eu veja em primeiro lugar esse pedaço de verdade, compartilhá-lo-ei satisfeito com todos aqueles que estejam preparados para ele e que o possam desejar, sem sentirem que sou um «líder», um «mestre», ou que eles são «seguidores» ou «discípulos». Somos todos companheiros de estudo, simplesmente. Não reconheço ninguém como meu mestre – e rejeito quem me chame «Mestre», se houver alguém assim tão tolo. Este tipo de conversa cansa-me imenso.

Tenho plena consciência de que alguns professores transmitem a ideia de que são porta-vozes eleitos do Infinito, e que todos os verdadeiros ensinamentos devem exibir a sua marca. E também conheço a devoção fanática e a intolerância demonstrada por muitos dos seguidores de tais professores. Mas tudo isto é uma brincadeira de crianças. Mais cedo ou mais tarde, os professores serão encostados a paredes de pedra áspera e bater-lhes-ão nas cabeças até perceberem «exatamente quem são». E os «discípulos» serão mais tarde obrigados a assumir alguma individualidade a custo de golpes, e serão obrigados a ficar em pé pelos próprios meios, por lhes terem sido removidos os apoios que os sustinham. O *Novo Pensamento* tem como propósito construir indivíduos e não converter gente em rebanhos de ovelhas que seguem o tinir de um chocalho de um qualquer velho pastor pretensioso que se julga O Tudo.

O espírito em desenvolvimento tem de perceber que contém em si tudo aquilo de que precisa. De bom grado, pode aceitar de outrem sugestões, conselhos, fragmentos de conhecimento e coisas parecidas ao longo do percurso – sendo o próprio espírito o único juiz daquilo de que precisa em cada momento específico. Mas, no final, tem de realizar a sua própria tarefa e de se erguer sozinho. Nem sequer todos os ensinamentos do mundo vos ajudarão, a não ser que assumam o controlo da situação e trabalhem pela

vossa própria salvação. Não podem conseguir um aprendizado mental ou espiritual autêntico ao simplesmente pagar uma determinada quantia por um conjunto de aulas e não fazer mais nada por vós mesmos. É preciso dar algo ao professor antes de poder retirar algo dele. É preciso chegar a um entendimento antes de os ensinamentos de alguém vos poderem oferecer algo positivo.

O professor pode sugerir alguma coisa que vos abra uma via de reflexão ou indicar um caminho que para ele tenha tido valor; e, desse modo, pode poupar-vos muito tempo e esforço. Mas têm de estar preparados para fazer por vós próprios o verdadeiro trabalho.

Um professor pode estar tão repleto de verdade que transborda, e vocês obterão algum desse excedente. Penso que a verdade é «contagiosa». Mas, ainda assim, a não ser que tornem vossa essa verdade ao vivê-la e a apliquem às vossas necessidades, ela não vos dará nada de bom. E enquanto estiverem satisfeitos por se «sentarem aos pés do mestre» e se comportarem como «discípulos», não crescerão um centímetro sequer. Serão simplesmente um reflexo do professor, em vez de indivíduos.

Precisamos deste lembrete de vez em quando, «não vá a memória falhar-nos». É muito fácil recebermos pensamentos previamente pré-digeridos por um professor ou escritor – é tão fácil recebermos a aprendizagem em cápsulas. É tão bom podermos sentar-nos

e engolir o comprimido que o professor ou o escritor amavelmente prepararam para nós, e imaginarmos que conseguimos obter aquilo que importa. Mas deixem-me dizer-vos, amigos – *isso não funciona*. Absorvam todos os ensinamentos que quiserem, mas têm de lançar-se ao trabalho por vós mesmos. Não podem dar a outrem um poder de representação para que essa pessoa o faça por vós. A vida não aceita substitutos – têm de ser vocês a assumir as coisas. A ideia de pagar bem, seja em tempo ou em dinheiro, a algum professor ou escritor, e depois entrar do Reino dos Céus sorrateiramente agarrado às suas roupagens pode parecer tremendamente fácil – mas não resulta. Precisamos de agir por nossa conta, que não restem dúvidas quanto a isso.

Muitos de vós andam a correr atrás de mestres, pregadores, profetas, videntes, «espíritos iluminados» e outros do mesmo género, esperando que o estipêndio que pagam por cursos, aulas, sessões privadas e tudo o resto vos adquira o lugar que desejam. Não acreditam nisso. Têm de passar todas as etapas por vós próprios, antes de conseguirem chegar a algum lado. Não podem atingir sorrateiramente os objetivos – isso não resulta. Olho à minha volta e vejo muitas dessas pobres criaturas que se «sentam aos pés» de um qualquer, subjugando a sua própria individualidade à do professor, sem se atreverem a ter um pensamento original – não vá ele entrar em conflito com algum

preceito do «mestre». Essas alminhas ficam tão cheias com os ensinamentos que absorvem que os repetem de cor no pátio, frase após frase, como papagaios bem treinados. Mas não entendem sequer um bocadinho daquilo que dizem. São como a Lua, que brilha por causa do reflexo dos raios do sol e não tem luz própria nem emite calor. Aquilo que esses «discípulos» e «sentados aos pés de outrem» repetem não é nada mais do que uma espécie de luar – simplesmente luz refletida. As luas são coisas mortas e frias, sem luz, sem calor, sem fogo nem energia. Mortas, mortas, mortas – frias, estéreis e «esgotadas». Deixem de ser luas e transformem-se em sóis. Têm esse poder em vós – manifestem-no. Ponham-se em movimento e manifestem Vida. Não julguem que têm de ser capazes de solucionar todos os Enigmas do Universo antes de conseguirem fazer o que quer que seja. Nunca se preocupem com esses enigmas, dediquem-se apenas à tarefa que têm perante vós, e ataquem-na com um pouco desse Grande Princípio da Vida que se encontra dentro de vós, à espera de uma oportunidade para se manifestar. Não cometam o erro de supor que este ou aquele professor solucionou o Grande Enigma. Se disser que o fez, está apenas a fazer *bluff* e a assobiar para o lado, para manter o ânimo. Pode ter descoberto uma boa parte da verdade, e, se estiver disposto a transmitir-vos um bocadinho dela, tudo bem, mas não possui O Tudo, de modo nenhum. O Tudo não

se coloca a si mesmo sob o controlo exclusivo de nenhuma ínfima parte daquilo que o constitui. Ninguém tem o monopólio do conhecimento de sequer um pedaço da Verdade. É tão vosso como de toda a gente – mas vocês têm de o encontrar.

Não se incomodem com as teorias nem com os enigmas insolúveis – deem mãos à obra e comecem a viver. Às vezes, divirto-me a ler algumas teorias e «explicações» daqueles que pensam possuir O Tudo. Depois de percorrer as teorias de algum camarada «seguro de si», olho para as teorias diametralmente opostas de um outro indivíduo qualquer que se considere a si próprio o porta-voz do Absoluto. Ufa! É um ótimo exercício para o cérebro. Se não tiverem cuidado, poderão ficar com os miolos virados do avesso. Quando fico um pouco irritado com estas coisas, saio para a luz do sol e recorro à «Filosofia do Riso», que rapidamente me acalma. Nada elimina tão velozmente essas bolhas incomodativas como uma boa dose de Riso. O Riso é a única coisa que evita que a raça caia na loucura. O sentido de humor é a melhor dádiva de Deus à Humanidade. Experimentem-no da próxima vez que ficarem «irritados» com «frases grandiosas», «verdades essenciais», «princípios axiomáticos». Cuidado com quaisquer ensinamentos que não resistam ao teste da luz do sol e à aplicação da Filosofia do Riso. Rejeitem os aprendizados que exijam uma boca cerrada e uma expressão

tensa e sobrenaturalmente sóbria. Não queiram ter nada a ver com ensinamentos que exijam um quarto sombrio, escuro e sem sol a fim de serem absorvidos – cuidado com os ensinamentos e as doutrinas que contêm em si o cheiro a bolor da cela em que se encontram encerrados. Ponham ao sol os ensinamentos que vos são proporcionados e observem se eles desaparecem ou não – apliquem-lhes a química do riso e verifiquem se perdem a cor. Lembrem-se desse teste quando ficarem perplexos ou pensativos perante uma qualquer teoria ou doutrina estranha, independentemente da sua origem. Se alguém vos afirmar alguma coisa que não passe no teste, rejeitem esse ensinamento, porque quer dizer que é falso. Apliquem isto igualmente aos meus textos.

Deixem de ser luas. Deixem de viver com luz refletida. Ajam e convertam-se num Sol vivo. Vocês conseguem. Está ao vosso alcance. Toda a alma humana contém em si os elementos do Sol – lancem-se ao trabalho e exprimam-se. Endireitem as costas e mantenham a cabeça erguida. Não tenham medo de dizer «Eu SOU».

Estou a ser franco e sem rodeios. Não me digam que são meus «discípulos» – eu renego-vos; recuso ter discípulos. Não tentem «sentar-se aos meus pés» – se o fizerem, empurro-vos para fora do estrado. Preciso de espaço para me mexer e não quero ninguém sentado a atrapalhar-me. Mas, se me quiserem chamar

«Irmão», «Companheiro de Estudo» ou «Colega no Jardim de Infância de Deus», será um prazer para mim. Afinal, é isso que todos somos – bebês agarrados ao peito do Absoluto.

WILLIAM WALKER ATKINSON