

АЗБУКА-КЛАССИКА

---

NON-FICTION

ДЖЕЙМС  
АЛЛЕН

---

*Как мыслит человек*

*От самого сердца*

*Восемь столпов  
процветания*



Санкт-Петербург

УДК 159.923.2  
ББК 88.52  
А 50

James Allen  
AS A MAN THINKETH, OUT FROM THE HEART,  
EIGHT PILLARS OF PROSPERITY

Перевод с английского Александра Александрова

Серийное оформление Вадима Пожидаева

Оформление обложки и иллюстрация на обложке  
Вадима Пожидаева-мл.

ISBN 978-5-389-27047-3

© А. П. Александров, перевод, 2025  
© Издание на русском языке,  
оформление.  
ООО «Издательская Группа  
„Азбука-Аттикус“», 2025  
Издательство Азбука®

*Как мыслит человек*

Ум — главный Мастер: творит, создает,  
Человек — это Ум, который берет  
Орудие Мысли, рождая на свет  
Тысячи радостей, тысячи бед:  
То, что задумал, — сбылось, оттого  
Жизнь, что вокруг, — отраженье его.

## ПРЕДИСЛОВИЕ

Эта небольшая книга (плод моих размышлений и опыта) не претендует на роль обстоятельного трактата на широко обсуждаемую тему силы мысли. Ничего не объясняя, она, быть может, заставит читателя задуматься; цель ее — побудить людей открыть для себя истину:

### **МЫ САМИ СОЗДАЕМ СВОЮ ЖИЗНЬ**

с помощью мыслей, которые мы выбираем и которыми вдохновляемся. Разум — наш портной, ткущий внутреннюю одежду: характер и внешнюю — обстоятельства. Если до сих пор он занимался шитьем в невежестве и боли, то теперь может приступить к этой работе в просветлении и счастье.

*ДЖЕЙМС АЛЛЕН  
БРОД-ПАРК-АВЕНЮ,  
ИЛФРАКОМБ,  
АНГЛИЯ*

# ГЛАВА 1

## Мысль и характер

Изречение «Каковы мысли в душе человека, таков и он»<sup>1</sup> относится не только к бытию человека в целом, но и охватывает все состояния и обстоятельства его жизни.

**Человек — это то, что он думает.**

Его характер образуется сложением всех его мыслей.

Как растение прорастает из семени, без которого не смогло бы существовать, так и каждый поступок человека прорастает из скрытых семян его мыслей. Это в равной степени касается как действий, называемых «спонтанными» и непреднамеренными, так и тех, что совершаются осознанно.

Действие — это цветок мысли, а радость и страдание — ягоды; так человек собирает сладкие и горькие плоды своих трудов.

Нас сотворила мысль. Такими она  
Нас оформила и создала. Дурные помыслы

---

<sup>1</sup> Притч. 23: 7.

Рождают боль — так колесо  
Наезжает сзади на вола, что толкает повозку...  
...Когда же помыслы  
Чисты, приходит радость,  
Что всегда будет рядом, как тень.

Человек развивается согласно закону, а не с помощью искусственных ухищрений; в незримом царстве мысли закон причины и следствия действует столь же неукоснительно и неизменно, как и в видимом, материальном мире. Благородный, возвышенный характер не возникает по милости случая, а естественным образом складывается в результате постоянных стараний мыслить правильно, лелеять возвышенные помыслы. Подобным же образом низменный, звероподобный характер формируется, когда человек не желает отогнать от себя мысли низкие.

**Человек сам себя создает  
или разрушает; в арсенале мысли  
он кует оружие, которым уничтожает себя  
или строит небесные чертоги радости,  
силы и покоя.**

Правильно выбирая и применяя мысли, человек восходит к Божественному Совершенству; злоупотребляя мыслью и неправильно применяя ее, он опускается ниже уровня зверя. Все разновидности характера находятся между двумя этими полюсами, и человек — их творец и господин.

Из всех прекрасных истин о душе, заново открытых в наш век, ни одна так не радует и не одаряет столь щедро уверенностью, чем эта: человек — властелин мыслей, он сам лепит свой характер, творит свое положение, окружающую обстановку и свою судьбу — придает ей форму.

**Наделенный Силой, Разумом и Любовью,  
повелевая своими помыслами, человек  
владеет ключом от любой ситуации  
и обладает той преобразующей  
и возрождающей способностью,  
посредством которой может сделать себя  
тем, кем пожелает.**

Человек всегда остается господином, даже когда он слаб и всеми покинут; но в слабости и падении виноват только он — неразумный хозяин, который плохо управляет своим «хозяйством». Когда же он начинает размышлять о своем положении и усердно искать Закон, на котором зиждется его бытие, он становится мудрым хозяином, разумно распоряжающимся своими силами и обращающим свои мысли к плодотворной деятельности. Таков рачительный хозяин, и человек может стать им, только открыв в себе законы сознания; а открыть их можно лишь благодаря прилежанию, самоанализу и опыту.

Золото и алмазы добывают только после долгих изысканий и разработки копей — так и че-

человек сможет обнаружить все истины о себе, если будет тщательно изучать недра собственной души. Наблюдая за своими мыслями, управляя ими, человек убедится в том, что он творец своего характера и режиссер своей жизни. Замечая то, как влияют его мысли на других людей, на жизнь и ее обстоятельства, терпеливо связывая причину со следствием, используя жизненный опыт даже в самых заурядных повседневных ситуациях, человек приблизится к Пониманию, Мудрости, Силе. В этом отношении, как ни в каком другом, действует закон, гласящий: «Ищите, и найдете; стучите, и отворят вам»<sup>1</sup>, ибо только терпение, практика и неустанное упорство откроют человеку двери в Храм Знания.

---

<sup>1</sup> Мф. 7: 7.

## ГЛАВА 2

# Как мысль влияет на обстоятельства

Человеческий разум можно уподобить саду, который искусно возделывают или бросают в запустении; ухаживают за ним или нет — он будет плодоносить. Если его не засеять полезными семенами, то в нем будет плодиться множество сорняков.

Подобно тому как садовник возделывает участок земли, не давая ему зарости сорняками, выращивая цветы и плоды, которые ему нужны, человек может ухаживать за садом своего разума, выпалывая все дурные, бесполезные и нечистые помыслы и доводя до совершенства цветы и плоды помыслов высоких, полезных и чистых. Поступая так, человек рано или поздно обнаруживает, что он — главный садовник своей души, распорядитель своей жизни. Он открывает внутри себя законы мышления и все отчетливее постигает, как сила помыслов и различные составляющие ума влияют на формирование его характера, жизненных обстоятельств и судьбы.

Мысль и характер едины, и поскольку характер может проявляться и раскрываться только через окружающую обстановку и обстоятельства, то внешние условия жизни человека всегда будут органично соответствовать его внутреннему состоянию. Это не означает, что текущие обстоятельства, в которых находится человек, отражают его характер в целом, но они настолько тесно связаны с каким-то жизненно важным элементом его мышления, что на данный момент совершенно необходимы для его развития.

Каждый человек находится там, где он есть, в силу закона своего бытия. В эту точку его привели мысли, встроенные им в свой характер, и в устройстве его жизни нет никакой случайности: все создает закон, не знающий ошибок. Это одинаково справедливо как для тех, у кого жизнь «не ладится», так и для тех, кто ею доволен.

**Человек непрестанно учится и растет;  
когда он усваивает урок,  
преподнесенный ему какими-либо  
обстоятельствами, они проходят  
и уступают место другим.**

Пока человек считает себя жертвой внешних условий, он будет испытывать их влияние, но, когда он осознает, что в нем заключена творческая сила, что он может сам ухаживать за почвой, из которой произрастают обстоятельства, он станет полноправным хозяином своей жизни.

То, что обстоятельства вырастают из мыслей, знает каждый, кто практиковал самодисциплину и самоочищение; такой человек заметит, что обстоятельства меняются в зависимости от его душевного состояния. Поэтому, когда человек искренне старается исправить недостатки своего характера и добивается быстрого и заметного прогресса, он стремительно преодолевает череду превратностей судьбы.

Душа притягивает то, что хранит в себе, — то, что она любит и чего боится; она достигает заветных устремлений либо низвергается на дно необузданных желаний с помощью обстоятельств.

Каждое семя мысли, пустившее корни в уме, рано или поздно расцветает в действии и приносит плоды в виде возможностей и обстоятельств. Добрые мысли приносят хорошие плоды, скверные — плохие.

Внешний мир обстоятельств подстраивается под внутренний мир мыслей; и благоприятные, и неблагоприятные внешние условия в конечном счете способствуют благу человека. Пожилая свой урожай, люди извлекают уроки как из страданий, так и из наслаждений.

Следуя своим сокровенным желаниям, влечениям и помыслам, позволяя им управлять собой (гоняясь за блуждающими огоньками нечистого воображения или двигаясь по пути больших и возвышенных начинаний), человек

в конце концов достигает их осуществления в реальной жизни. Законы роста и соответствия универсальны.

В богадельню или тюрьму человека приводит не произвол судьбы или обстоятельства, а приверженность низменным мыслям и желаниям. Человек с чистыми помыслами не совершит преступления под воздействием какой-либо внешней причины: преступная мысль долгое время тайно вынашивается в сердце, и накопленная ею сила проявляется при удобном случае.

**Обстоятельства не создают человека —  
с их помощью он узнает себя.**

Человек не может погрузиться в порок с его страданиями, если у него нет порочных склонностей, и не может обрести добродетель с ее чистой радостью, если не возвращает в душе благие устремления. Таким образом, человек, будучи владыкой и повелителем мысли, сотворяет самого себя и создает окружающую его обстановку. Душа становится собой в момент рождения и с каждым шагом земного странствия притягивает к себе те сочетания жизненных условий, которые раскрывают ее сущность, отражая ее чистоту и нечистоту, силу и слабость.

Люди притягивают к себе не то, чего хотят, но то, чем являются. Прихоти, капризы и честолюбивые замыслы на каждом шагу сталкивают-

ся с препятствиями, но сокровеннейшие мысли и желания питаются собственной пищей — здоровой или вредной. «Божество, что намерения наши довершает»<sup>1</sup>, — в нас самих; это и есть наше «я». Человек сам заковывает себя в кандалы.

**Подлые мысль и поступок — тюремщики  
Судьбы; благородные мысль  
и поступок — ангелы Свободы.**

Человек получается не то, что желает и о чем молится, а то, что заслужил. Его желания исполняются, а молитвы бывают услышаны, только когда они согласуются с мыслями и поступками.

Что же тогда в свете этой истины значит «бороться с обстоятельствами»? Человек ведет войну лишь с внешним следствием, в то время как причина сокрыта в его сердце. Эта причина может принимать форму осознанного порока или неосознанной слабости; но что бы это ни было, оно упорно препятствует усилиям своего хозяина и требует исцеления.

Люди озабочены тем, чтобы улучшить обстоятельства своей жизни, но не желают улучшать самих себя; поэтому они остаются несвободными. Если человек не боится добровольно принять крестные муки, то он обязательно достигнет цели, к которой стремится его сердце. Это

---

<sup>1</sup> Шекспир У. Гамлет. Акт V, сцена 2. Перевод М. Лозинского.

справедливо как для земного, так и для небесного. Даже тот, чья единственная цель — разбогатеть, должен быть готов на большие жертвы, прежде чем сумеет добиться своего; насколько же более это необходимо для того, кто хочет жить полной и гармоничной жизнью!

Вот до крайности бедный человек. Он чрезвычайно озабочен тем, чтобы улучшить условия жизни, благоустроить свой дом, но при этом все время норовит увильнуть от работы и считает, что он вправе обманывать того, на кого работает, потому что ему, видите ли, мало платят. Такой человек не знает принципов, которые лежат в основе настоящего преуспевания, и не только совершенно не способен выбраться из своего бедственного положения, но и сам притягивает к себе еще большую нищету, предаваясь праздным, лживым и недостойным мыслям и действуя в соответствии с ними.

Вот богатый человек, из-за обжорства ставший жертвой мучительной, непреходящей болезни. Он готов отдавать немалые деньги, чтобы излечиться от нее, но ни за что не поступится своим ненасытным аппетитом. Он хочет и потрафить своему пристрастию к роскошным необычным яствам, и здоровье сохранить. Но это невозможно, поскольку он не знаком с принципами здорового образа жизни.

А вот работодатель, который с помощью бесчестных уловок старается недоплачивать своим

работникам и в надежде увеличить прибыль урезает им жалование. Этому человеку не суждено преуспеть, и когда он окажется банкротом, потеряв и доброе имя, и богатство, то будет во всем винить обстоятельства, не понимая, что сам создал их.

Я привел эти три примера, чтобы нагляднее показать: человек сам конструирует (почти всегда неосознанно) условия своей жизни и, стремясь к благой цели, постоянно препятствует ее достижению, потворствуя мыслям и желаниям, никак не сочетающимся с такой целью. Примеров подобного рода можно привести бесконечное множество, но в этом нет необходимости, так как читатель способен, если пожелает, проследить действие законов мышления в собственном сознании и собственной жизни. Одни только внешние иллюстрации не смогут послужить основанием для нужного умозаключения.

Обстоятельства бывают настолько сложны, мысли столь глубоко укоренены, а понимание счастья может так сильно отличаться у разных людей, что о состоянии души очень сложно судить, опираясь лишь на внешние условия жизни. Мы можем видеть, как человек ведет себя по-честному, но все равно терпит лишения; кто-то, напротив, поступает несправедливо и при этом богатеет. Принято считать, что в таком случае именно честность первого приводит его к неудачам, а другой процветает именно благодаря

своей несправедливости. Однако такой вывод напрашивается из-за поверхностного суждения, будто нечестный человек порочен во всем, а честный во всем добродетелен. В свете более глубокого знания и большего опыта такое суждение оказывается ошибочным. У бесчестного человека порой обнаруживаются завидные добродетели, которых нет у другого, а у честного — отвратительные пороки.

**Каждый пожинает благие плоды  
своих честных мыслей и поступков  
и навлекает на себя страдания,  
порождаемые порочными помыслами.**

Человек тешит свое тщеславие, предполагая, что страдает из-за своих добродетелей; лишь искоренив в своем уме все больные, желчные и нечистые мысли и очистив душу от греха, человек может утверждать, что его страдания — следствие хороших, а не плохих качеств. На пути к этому высшему совершенству, еще задолго до его достижения, он откроет Великий Закон — абсолютно справедливый и, следовательно, неспособный воздавать добром за зло и злом за добро. Тогда, оглянувшись на свои невежество и слепоту в прошлом, человек поймет, что его жизнь всегда была устроена справедливо и все события — и хорошие, и плохие — являлись соразмерным проявлением его несозревшего «я».

**Аллен Дж.**

**А 50** Как мыслит человек. От самого сердца. Восемь столпов процветания / Джеймс Аллен ; пер. с англ. А. Александрова. — СПб. : Азбука, Азбука-Аттикус, 2025. — 256 с. — (Азбука-классика. Non-Fiction).

ISBN 978-5-389-27047-3

Джеймс Аллен (1864–1912) — известный британский философ и поэт, один из зачинателей жанра «мотивационной литературы». Его работа «Как мыслит человек», опубликованная в 1903 году, до сих пор остается одним из самых цитируемых текстов в мире и привлекает внимание всех любителей книг по саморазвитию. Как управлять своей жизнью? Как достичь процветания и завоевать симпатию и доверие окружающих? Как избежать страданий и неудач? На эти и другие вопросы Джеймс Аллен дает вполне определенные, очень практичные ответы, несколько не устаревшие за прошедший век.

В настоящем издании представлены три наиболее популярные работы Джеймса Аллена в новых переводах.

УДК 159.923.2

ББК 88.52

Литературно-художественное издание / Әдеби-көркем басылым

ДЖЕЙМС АЛЛЕН  
КАК МЫСЛИТ ЧЕЛОВЕК  
•  
ОТ САМОГО СЕРДЦА  
•  
ВОСЕМЬ СТОЛПОВ ПРОЦВЕТЕНИЯ

Редактор Кирилл Красник  
Художественный редактор Вадим Пожидаев-мл.  
Технический редактор Валентина Дик  
Компьютерная верстка Алины Леонтьевой  
Корректоры Валентина Гончар, Анастасия Келле-Пелле

Подписано в печать / Баспаға қол қойылды 26.11.2024.  
Формат издания 76 × 100 <sup>1</sup>/<sub>32</sub>. Печать офсетная. Тираж 3000 экз.  
Усл. печ. л. 11,28. Заказ №

Изготовитель: ООО «Издательская Группа „Азбука-Аттикус“» — обладатель товарного знака АЗБУКА*, 115093, Москва, вн. тер. г. муниципальный округ Даниловский, пер. Партийный, д. 1, к. 25 Тел. (495) 933-76-01, факс (495) 933-76-19 E-mail: sales@atticus-group.ru	Өндіруші: «Издательская Группа „Азбука-Аттикус“» ЖШҚ — АЗБУКА* тауар белгісінің иесі, 115093, Мәскеу, қ. іш. аум. Даниловский муниципалдық округі, Партийный т.ш., 1-үй, к. 25 Тел. (495) 933-76-01, факс (495) 933-76-19 E-mail: sales@atticus-group.ru
Филиал ООО «Издательская Группа „Азбука-Аттикус“» в г. Санкт-Петербурге, 191024, Санкт-Петербург, Херсонская ул., д. 12–14, лит. А Тел. (812) 327-04-55 E-mail: trade@azbooka.spb.ru www.azbooka.ru; www.atticus-group.ru	Санкт-Петербург қ. «Издательская Группа „Азбука-Аттикус“» ЖШҚ филиалы, 191024, Санкт-Петербург, Херсон көшесі, 12–14 үй, лит. А Тел. (812) 327-04-55 E-mail: trade@azbooka.spb.ru www.azbooka.ru; www.atticus-group.ru
Отпечатано в России.	Ресейде басып шығарылған.

Техникалық реттеу туралы РФ заңнамасына сай басылымның сәйкестігін  
растуа туралы мәліметтерді мына адрес бойынша алуға болады:  
<http://atticus-group.ru/certification/>.

Знак информационной продукции  
(Федеральный закон № 436-ФЗ от 29.12.2010 г.)  
Ақпараттық өнім белгісі  
(29.12.2010 ж. № 436-ФЗ федералдық заң)

16+

Отпечатано в Публичном акционерном обществе  
«Можайский полиграфический комбинат»  
143200, Россия, г. Можайск, ул. Мира, 93.  
www.oaompk.ru, тел.: (49638) 20-685



A-NFA-36048-01-R