

## Le Affermazioni di Cayce: parole che trasformano



Le affermazioni possono aiutarci a cambiare la nostra mente, lo stato d'animo e la salute ed aiutarci a raggiungere nuovi livelli di consapevolezza e felicità. Cayce fornì oltre cento affermazioni per persone che cercavano assistenza fisica, mentale o spirituale.

Cayce disse che un'affermazione è un *ideale* strutturato in una dichiarazione fortemente *suggestiva*. Ci istruì a dire (ad alta voce o in silenzio) l'affermazione, essendo ben consapevoli del significato delle parole, ed a dirla con un atteggiamento positivo e speranzoso finché non avesse fatto effetto positivo su tutto il nostro essere mentale. Voleva che l'affermazione fosse ripetuta da tre a cinque volte, ma l'obiettivo era ottenere una "risposta piena, positiva" dalla parte mentale del nostro essere. Provatelo. Funziona.

"Con affermazione intendiamo che dovrebbe essere un'affermazione! Non detta soltanto in modo monotono o solo una volta. Prendetevi il tempo per ripetere l'affermazione, sicuramente, per almeno tre a cinque volte, affinché ci possa essere la piena risposta nelle attività mentali del corpo." 271-4

Esamineremo qui tre affermazioni di Cayce. La prima era intesa a cogliere i desideri, bisogni ed atteggiamenti che tutti sperimentiamo nella vita e a spostarli in una condizione superiore, più armoniosa universalmente, avendo come risultato pace e contentezza. Dopo aver dato questa affermazione, Cayce istruì la persona seccamente a "lasciarlo a Lui", più che continuare a chiedersi e dubitare nell'attesa ansiosa di risultati immediati. Voleva che la gente *sentisse* la forza dell'affermazione nel loro sé mentale e poi la lasciasse andarsene libera. La ragione per questo, spiegò, era che le "forze invisibili" sono più potenti di quelle visibili e operano al meglio quando abbiamo *fede* in esse, una fede *dimostrata* concretamente quando permettiamo ad esse di farsi largo magicamente nei nostri corpi, menti, cuori e vite. Disse che lo spirito della pazienza, speranza e contentezza è un terreno fertile dal quale le forze invisibili possono produrre i loro miracoli.

La seconda affermazione era designata ad aiutare una persona a trovare il modo migliore per essere un canale di benedizione per gli altri. Cayce spiegò che la frase "il mio entrare dentro e il mio uscire fuori" (preso da Esodo 28,35) parla dell'entrare nel Luogo Sacro dentro di noi, dove Dio ci incontra, e dell'uscire fuori dal Luogo Sacro

**verso relazioni con altri e la nostra vita esterna da vivere. L'entrare dentro avviene per la più gran parte durante il sonno, la preghiera, la meditazione e i momenti di riflessione e di silenzio.**

**La terza affermazione fu designata a connetterci con ciò che Cayce chiamava "la Coscienza Cristica", uno stato mentale e un punto di vista che convoglia al meglio l'energia della luce e dell'amore verso e attraverso di noi.**

**Usai la prima affermazione e fui sbalordito per la sua forza. Eccole:**

### **Tre Affermazioni**

***"Fa' che i miei desideri e i miei bisogni siano nelle Tue mani, Tu Artefice, Creatore dell'universo e di tutte le forze e poteri in esso!  
E possa io conformare il mio atteggiamento, il mio proposito, il mio desiderio, a quello che Tu hai come attività per me. (Ora lascialo a Lui e va' all'opera!)"***

***"Signore, eccomi! Usami nei modi che Tu conosci meglio. Possano il mio entrare dentro e il mio uscire fuori sempre essere accettabili ai Tuoi occhi, mio Signore, mia Forza e mio Redentore."***

***"Fa' che sia in me quella mente che fu in Lui che sapeva che da Sé Stesso non poteva fare nulla, però nella forza della luce del Padre di tutti possiamo, posso, possono tutti giungere a conoscere meglio il Suo amore. La Tua volontà, oh Padre, sia fatta in me ora."***

**Le letture sono 462-8, 2803-3 e 436-3.**

**Personal Spirituality, ottobre/novembre 2009**