

## I Pensieri Sono Cose



\*\*\*

Molti conoscono bene l'insegnamento di Edgar Cayce che i pensieri sono delle cose, ma abbiamo davvero compreso in pieno la grandezza della sua visione su questo tema?

Ecco una delle sue letture più note sui **pensieri**:

“La mente costruisce, e ciò a cui pensiamo può diventare crimine o miracolo. Perché i pensieri sono cose e via via che le loro correnti attraversano ciò che circonda l'esperienza di un'entità, esse diventano barriere o trampolini di lancio, a seconda del modo in cui vengono, per così dire, depositi. Perché come la mente si sofferma su questi pensieri, così essa dà forza, potere alle cose che non si vedono. E così in effetti si verifica ciò che si dice così spesso, che la fede è la prova di cose non viste.” (906-3)

Esaminiamo ogni frase per ordine.

La prima frase afferma l'assioma di Cayce, come compare anche in un'altra lettura: i pensieri hanno un effetto tanto fisico quanto conficcare uno spillo nella mano! (386-2)

**Realtà.** Per le anime incarnate, questo è difficile da accettare. Come può un pensiero essere reale come uno spillo nella mano? Dal livello di percezione di Cayce, noi siamo esseri più **mentali** che fisici.

Immaginiamolo per un attimo. Siamo più menti che corpi. **Sentiamo** questo per un momento. Non siamo tanto il nostro **corpo** quanto siamo la nostra **mente**.

Ora facciamo ancora un passo avanti con questa idea. La vita esiste più **nella coscienza** che nella fisicità.

La vita, la vita reale, esiste nelle dimensioni di coscienza, nei regni del pensiero. Dallo stato di trance di Cayce, questo non era un'idea, era una realtà. E se questo è vero, allora un pensiero è potente come "uno spillo nella mano".

**Crimini.** La lettura dice che i pensieri possono diventare crimini. Potremmo subito usare l'insegnamento di Gesù che **pensare** i peccati è uguale a commettere i peccati fisicamente. Il suo esempio fu che i pensieri adulteri sono tanto reali quanto il commettere un adulterio fisicamente. Ma questa idea sul pensiero-crimine va oltre l'infrazione di un comandamento. Per esempio, se qualcuno di noi usa la



propria mente provvista di libero arbitrio per focalizzare e continuare a trovare gli aspetti negativi di se stesso e della propria vita, allora egli continuamente costruisce, rafforza ed intensifica questa influenza a tal punto che essa sovrasta ogni opportunità positiva che si presenta. Questo è un **suicidio** non meno che tagliarsi le vene. Inoltre, se crediamo, a qualche livello profondo, di fare tutti parte di una coscienza **collettiva**, allora pensare ad una persona in modo negativo, effettivamente conficca uno spillo nella sua coscienza.

**Miracoli.** I nostri pensieri possono anche diventare miracoli. I miracoli sono fenomeni che vanno oltre le esperienze e le attese umane. Ci meravigliamo perché le cose non dovrebbero avvenire così. Quando qualcosa succede al di là delle nostre attese e esperienze, è un miracolo!

**Tendenze mentali** di ciò che è possibile può limitare il nostro potenziale. Dobbiamo aumentare le nostre attese oltre le nozioni preconcepite di ciò che è e **non è** possibile. Gesù riconobbe che quelle cose sono impossibili con la disposizione d'animo dell'uomo, ma che **tutte** le cose sono possibili con la **coscienza di Dio**.

E' utile se accettiamo un altro insegnamento di Gesù: "Siete dei, figli e figlie dell'Altissimo" (salmo 82,6 a cui Gesù si riferì con i suoi commenti in Giovanni 10,34).



**Una Corrente Potente.** Nella seconda frase, Cayce crea per noi un'immagine visiva. Pensare è come un **fiume che scorre** con una **corrente** che influenza ogni aspetto di ciò che ci circonda.

Cayce ci mette in guardia dalle correnti che stiamo costruendo quando ci soffermiamo sulle cose. Laddove vanno i nostri pensieri, là ci andiamo anche noi! Ci dobbiamo chiedere: le correnti dei nostri pensieri stanno scorrendo verso una fogna

oscura o verso un mare luminoso di vita al sole, all'aria aperta e nei cieli azzurri?

**Barriere e Trampolini di Lancio.** In questa seconda frase Cayce crea anche la visione di barriere - barriere costruite dalle nostre stesse abitudini di pensieri. Le abitudini si sviluppano ripetendo in maniera invariata lo stesso modo di pensare. Questa mentalità rigida è come una scatola nella quale trascorriamo la nostra esistenza. Nei processi creativi chiediamo a tutti di "pensare al di fuori della scatola", cioè di andare oltre le nostre solite risposte, le nostre solite idee. Il programma del Gruppo di Studio alla Ricerca di Dio di Cayce usa delle discipline settimanali per aiutare i partecipanti ad affrancarsi dalle abitudini, ad andare oltre i loro sistemi fissi di comportamento ed aspettative.

Invece di costruire scatole o barriere, cominciamo a pensare in modo da costruire trampolini di lancio sopra le nostre barriere e le nostre scatole.

**Gli altri facciano come vogliono, ma quanto a me...** Non tutte le nostre barriere sono state create da noi. Molte ci sono state addossate dagli altri - da genitori, fratelli, conoscenze dell'infanzia, datori di lavoro, coniugi e così via.

Non siamo obbligati ad accettare le proiezioni degli altri. Chi siamo e come viviamo la nostra vita e quello che potrà diventare sta a noi decidere, malgrado ciò che gli altri possono pensare o dire. Noi decidiamo ciò che crediamo, anche nel bel mezzo di grande negatività. Cayce ha affermato varie volte che la vera crescita dell'anima inizia quando **impegniamo il nostro libero arbitrio** e decidiamo che cosa faremo con quello che abbiamo e che tipo di persona saremo.

**L'Invisibile.** La terza frase nella lettura di Cayce dice: "Perché come la mente si sofferma su questi pensieri, così essa dà forza, potere alle cose che non si vedono." In un'altra lettura egli dice che le "forze invisibili sono più potenti di quelle visibili."



La nostra vita esteriore, il nostro sé esteriore, non viene determinato tanto da circostanze e rapporti **esteriori** quanto da **tendenze mentali interiori invisibili**. E possiamo anche non essere affatto consci di queste forme di pensieri!

Dobbiamo fare attenzione alla struttura dei nostri pensieri e delle nostre convinzioni perché essa ha un'influenza forte sulla nostra

vita esteriore. L'attenzione consapevole ci aiuta a decidere se siamo davvero d'accordo col nostro modo di pensare. Se non lo siamo, dobbiamo usare il libero arbitrio per fare sì che non abbia più spazio nel modello della nostra vita, della nostra esistenza.

Come possiamo farlo? Un modo che Cayce dava a chi studiava con lui era l'uso quotidiano di **affermazioni**. Questi modi di dire rappresentano dei principi che cambiano schemi e abitudini del pensiero, che si elevano al di sopra di barriere e scatole.

**Fede.** Nell'ultima frase di questo insegnamento di Cayce egli dice: "E così in effetti si verifica ciò che si dice così spesso, che la **fede** è la prova di cose non viste."

Fede è **approvare** un principio o avere una condizione mentale che **approva** una realtà di qualcosa o qualcuno per cui **non vi è prova esteriore**! Cayce sta dicendo che in effetti l'esistenza stessa della fede è la prova per l'esistenza di **una forza** o convinzione **invisibile** nella mente della persona.

Ora ciò può essere fede nell'esistenza di una forza invisibile **negativa** nonché positiva. Quante volte abbiamo conosciuto delle persone che vediamo fortunate e appagate, eppure esse sono depresse, infelici, incerte o arrabbiate? Queste persone rivelano l'esistenza in esse di un'invisibile struttura negativa di pensieri che la vita per loro non è bella, anche se noi vediamo quanto sia bella.

Va da sé che Cayce vuole che noi vediamo come la fede opera nel **positivo**. Quante volte abbiamo incontrato delle persone la cui vita esteriore non è ideale, eppure esse sono felici e sorridenti, e pensano ai nostri problemi piuttosto che ai propri? Ciò è la prova che la loro vita interiore invisibile e il loro sé più profondo sono abbastanza sani malgrado i problemi esteriori.

Se lottiamo con la negatività, allora c'è in noi una convinzione invisibile che deve essere affrontata, scoperta e trasformata. Dobbiamo guardare dentro, non fuori. Sorprendentemente, spesso quando diventiamo consapevoli degli schemi invisibili interiori dei nostri pensieri sperimentiamo cambiamenti immediati nella nostra vita esteriore. La semplice coscienza di un dato schema mentale spesso gli toglie il suo potere.

Qui è presente una sottigliezza di cui dobbiamo essere consapevoli: Cayce ci mette in guardia dal fatto che essere soddisfatti non è la stessa cosa come essere contenti. Egli ci incoraggia a vivere nella contentezza nonostante le condizioni, ma

a non essere mai soddisfatti, perché allora la crescita dell'anima e l'illuminazione si fermano.

Ermete saggiamente insegnò: "Come dentro, così fuori. Come sopra, così sotto." In definitiva le anime buone dovrebbero avere delle buone vite esteriori. Sofferenza e difficoltà possono far parte del **viaggio** della nostra anima, ma non sono **l'ultima** realtà. Perfino Gesù insegnò che difficoltà e cambiamenti terrestri (i cambiamenti terrestri personali) sono semplicemente le **doglie** necessarie per far nascere la vita ideale - dentro e fuori.

Il messaggio **finale** di Gesù per noi non fu la crocifissione bensì la **resurrezione**! Ciò comprese la condivisione fisica che egli sperimentò con le sante donne e con i discepoli dopo la resurrezione. In ultima analisi la vita è bella e felice, sia nella vita esteriore che in quella interiore. La vita fisica non è il male. La felicità fisica non è anti spirituale. La nostra missione conclusiva è, come Dio ha dichiarato in Genesi 1,28, soggiogare le influenze della fisicità sulla nostra **natura spirituale** mediante la nostra realizzazione che siamo coscienza spirituale che vive temporaneamente in corpi fisici. E' quindi importante creare in noi nuovi schemi mentali, nuovi pensieri che ci condurranno verso vite più felici, più sane - fisicamente, mentalmente e spiritualmente

da: Personal Spirituality, gennaio 2007