

Potenziare la mente

La mente costruisce.

La maggior parte di noi conosce gli insegnamenti di Cayce riguardo alla mente che costruisce. Guardiamo più da vicino due dei suoi insegnamenti più vasti su questo argomento. "E' vero, la mente è ciò che costruisce – ma ricorda, gli attributi della mente sono una porzione dell'*anima*, così come una porzione del sé materiale." (240-2, corsivo dell'autore)



Le nostre anime sono qui con le nostre personalità, e le nostre intenzioni aiutano o ostacolano la crescita dell'anima, come in questa istruzione:

"Sebbene la mente sia ciò che costruisce, è lo *scopo*, l'*intento* con cui un individuo si applica mentalmente a portare nella materialità quei risultati fisici. E questi dovrebbero essere mantenuti in coordinamento tra loro. Non ingannarti, non si prende in giro Dio; ciò che una persona semina, quello lo deve anche raccogliere. E con la misura con la quale misuri, sarà misurato a te in cambio. Pianifica il tempo, così che lo spirituale e il mentale abbiano i loro periodi di ricreazione. Pianifica in modo che il mentale abbia quei periodi di



riposo e quei periodi di stimolazione – così come quei periodi di attività sociale che sono sempre creativi. Questi mantengono l'equilibrio." (257-252)

In questa istruzione Cayce offre diversi dei suoi insegnamenti chiave:

- (1) Chi semina vento raccoglie tempesta.
- (2) Organizzare il tempo per necessità spirituali e mentali.
- (3) Il secondo comandamento, amarsi l'un l'altro, è tanto importante quanto il primo. Dobbiamo interagire con gli altri in modi *creativi*, mai distruttivi.
- (4) Equilibrio! Ripetutamente Cayce insegnava che la vita deve essere ben equilibrata, poiché per noi è dannoso concentrarci su un'unica attività a scapito di altre. Le nostre anime sono entrate nella vita fisica intenzionalmente, ma si stanno aspettando divertimento e stimolazione mentale e spirituale.

Quando lessi per la prima volta l'insegnamento sull'organizzarsi il tempo per lo sviluppo mentale e spirituale, mi trovavo all'università e mi sembrava di non avere tempo. Tuttavia volevo lo sviluppo spirituale più di quanto volessi il massimo dei voti in tutti i miei corsi, così presi l'impegno di organizzare le mie giornate in modo da includere letture spirituali, preghiera e periodi di meditazione. Non lo feci in modo estremo, però, e nella settimana prima degli esami passai la maggior parte del tempo preparandomi per i miei esami. Quando la vita stava di nuovo andando avanti in modo normale organizzai il mio tempo in modo consapevole per nutrire la mente, il corpo e l'anima. Cayce usava questa analogia del nutrimento. Quando ho nutrito la mia mente e la mia anima con del "cibo" sano e vitalizzante, esse crescevano e, di conseguenza, ho trovato la parte migliore di me.



Livelli di coscienza. Cayce divideva la mente in tre livelli (cosciente, subconscia e supercosciente) e in una quarta "condizione" nella quale tutti i tre erano in sintonia con la coscienza universale, la mente di Dio. Egli associava la mente cosciente con la nostra personalità terrena, quella subconscia con la nostra anima e quella supercosciente con il nostro spirito. Insegnava che queste tre sono strettamente unite e ciascuna influisce sulle altre. Ci incoraggiava ad essere consapevoli del nostro livello di funzionamento quando prendiamo delle decisioni, insegnando che la mente cosciente dovrebbe essere al servizio della mente subconscia e



supercosciente per prendere delle decisioni migliori. Metteva in correlazione questo servizio con l'intuizione e diceva che qui non si tratta di usare una pazienza passiva, bensì una pazienza attiva che permette alla

saggezza dai piani alti di fluire verso di noi. Cayce spiegava che la mente cosciente è troppo sotto l'influenza delle forze materiali e per questo non ha sempre le informazioni migliori per prendere delle decisioni migliori.

Fare delle scelte. Cayce metteva il processo decisionale sulla lista dei nostri doveri principali durante la nostra incarnazione sulla terra. Ecco un esempio:

“Sappi che la tua mente è ciò che costruisce, e che è vero, come si diceva nei giorni di un tempo, che OGGI – ORA – ti stanno davanti il bene e il male, la vita e la morte – SCEGLI TU! Poiché con la volontà che è l’eredità di ogni anima scegli ciò che porterà ... l’armonia o le forze distruttive. Sei arrivato a quelle condizioni in cui scelte diverse *devono essere fatte*. Allora soppesale nell’equilibrio della tua stessa coscienza, alla luce di ciò che la tua mente e il tuo corpo richiede. Poiché nessuno PUO’, nessuno DEVE fare quelle scelte FUORCHE’ TU STESSO!”
(1632-2)



Cayce insegnava che impegnando la nostra volontà nel processo decisionale possiamo crescere passando dal karma alla grazia. Scelte migliori dissolvono il nostro karma nell’acqua santa della grazia di Dio.

Venture Inward, primavera 2021